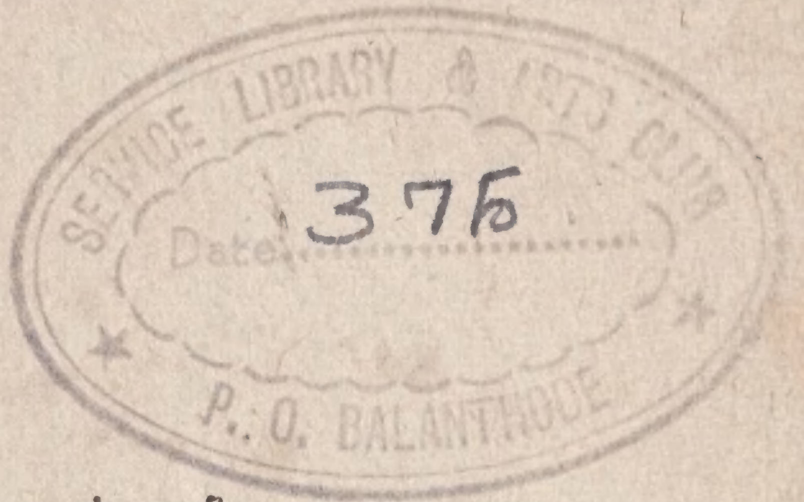
ശ്രീരാമവര്‍മ്മഗ്രന്ഥാവലി നമ്പര്‍ 50.

ആഗന്തുകരോഗ ശമനോപായങ്ങള്‍



ഗ്രന്ഥകര്‍ത്താവ്:

കെ. ഐ. ഐപ്പാത്തു, ബി. ഏ.

(ഫിസിക്കല്‍ ഡയറക്ടര്‍, ഗവണ്മെണ്ട് കോളേജ്, ചിററൂര്‍.)

1952

വിതരണം

നാഷനല്‍ ബുക്ക്സ്റ്റാള്‍

കോട്ടയം

വില ക. 0.75

പ്രസ്താവന

വൈദ്യവും ജ്യോതിഷവും അല്പമെങ്കിലും അറിയാത്തവരില്ല. പ്രാമാണികന്മാരായ ഭിഷഗ്വരന്മാരോട് വൈദ്യത്തിന്റെ ഹരിശ്രീ പഠിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർപോലും സാങ്കേതികാഭിപ്രായങ്ങൾ പറയുന്നതു കേൾക്കാം. സ്വാനുഭവത്തെമാത്രം ആധാരമാക്കി പുറപ്പെടുവിക്കുന്നതായിരിക്കും ഇത്തരം അഭിപ്രായം. ഇത്തരം അഭിപ്രായങ്ങൾക്കു വിലയുണ്ടോ എന്നതിരിക്കട്ടെ. വൈദ്യം ആർക്കും അഭിരുചിയുള്ളൊരു വിഷയമാണെന്നു തെളിയിക്കാൻ ഇതിൽപരം എന്താണു വേണ്ടതു്?

വൈദ്യസംബന്ധമായി തെല്ലൊരു ജ്ഞാനം ഏവർക്കും ആവശ്യമാണ്. പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന അപായങ്ങളിൽ നാം സ്വീകരിക്കേണ്ട പ്രാരംഭനടപടികൾ എന്തെല്ലാമെന്ന് അറിഞ്ഞേ കഴിയൂ. വൈദ്യസംബന്ധമായ സാങ്കേതികജ്ഞാനം സിദ്ധിച്ചവർ മുഴത്തിനു മുപ്പതു വീതം പെരുകിയാലും ഇതു ആവശ്യമാണ്. ഭാഷാപരിഷ്കരണക്കമ്മിററിയിൽനിന്നും പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തുന്ന ഈ പുസ്തകം അത്തരം പ്രാരംഭചികിത്സാനിർദ്ദേശങ്ങളാണ് നല്കുന്നതു്. ഇതു് പൂർണ്ണമെന്നൊന്നും കമ്മിററി അഭിമാനിക്കുന്നില്ല. പക്ഷേ, സ്കൂളുകളിൽ സ്കൌട്ട് പ്രസ്ഥാനക്കാർക്കും മററും പലവിധത്തിലും പ്രയോജനപ്പെടുത്താവുന്നൊരു പുസ്തകമാണിതു്. ഏതൊരു വീട്ടിലും ഇത്തരമൊരു പുസ്തകം സൂക്ഷിക്കു

ന്നതും അഭിലഷണീയമല്ലാതായ്കയില്ല. കമ്മിററിയുടെ ആഗ്രഹവും അതാണ്. ശ്രീ ഐപ്പാത്ത പ്രസ്തുതാഭിലാഷത്തിന്നനുസരിച്ച് ഇങ്ങനെ ഒരു പുസ്തകം തയ്യാറാക്കിത്തന്നതിന്നു നന്ദിപറഞ്ഞുകൊള്ളട്ടെ.

എന്ന്,

കമ്മിററിക്കുവേണ്ടി

ഇ. രാഘവവാര്യർ

കാര്യദർശി.

ഭാഷാപരിഷ്കരണക്കമ്മിററി
ആപ്പീസ്, എറണാകുളം
1952 ജനുവരി-12.

മുഖവുര

സ്കൌട്ടുകാൎക്കും അദ്ധ്യാപകവിദ്യാൎത്ഥികൾക്കും മനുഷ്യശരീരശാസ്ത്രം, ആരോഗ്യശാസ്ത്രം, പ്രഥമചികിത്സ മുതലായ വിഷയങ്ങൾ പഠിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നകാലത്തു് പ്രസ്തുത വിഷയങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചു് മലയാളഭാഷയിലെ പുതിയ പുസ്തകങ്ങളുടെ അഭാവംമൂലം ഗുരുശിഷ്യന്മാൎക്കു് വളരെ ക്ലേശങ്ങളനുഭവിക്കേണ്ടിവന്നിട്ടുണ്ടു്. സാങ്കേതികപദങ്ങൾക്കു ശരിയായ മലയാളവാക്കുകൾ ലഭിക്കാതിരുന്നതിനാൽ 'ഹാഫ്' മലയാളത്തിലും, പകുതി ഇംഗ്ലീഷിലും ആയിരുന്നു അദ്ധ്യയനരീതി. ആ കുറവിനെ പരിഹരിയ്ക്കുന്നതിന്നുവേണ്ടി അക്കാലത്തുചെയ്ത പരിശ്രമങ്ങളുടെ ഫലമായുണ്ടായതാണു് ഈ ചെറു ഗ്രന്ഥം. ഇത്തരത്തിൽ ഒരു പുസ്തകം പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതിന്നു അന്നത്തെ സാഹചൎയ്യങ്ങൾ അനുവദിച്ചിരുന്നില്ലെന്നുമാത്രമല്ല, മോഹവുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. ഇയ്യിടെ മലയാളഭാഷാപരിഷ്ക്കരണസമിതി ഇത്തരത്തിലൊരു പുസ്തകം രചിക്കുന്നതിന്നാവശ്യപ്പെട്ടതനുസരിച്ചാണു് അന്നത്തെ കുറിപ്പുകളെ ആസ്പദമാക്കി ഇങ്ങിനെയൊരു പുസ്തകം രചിക്കുന്നതിന്നിടയായതു്.

വൈദ്യവിഷയത്തിൽ എനിക്കുള്ള ജ്ഞാനം പൂജ്യം; ഭാഷയിൽ എൻെറ വ്യുൽപ്പത്തിയും തഥൈവ. അതുകൊണ്ടു് വൈദ്യനിപുണനും, വളരെ കാലമായി ഡിസ്ത്രിക്ടു് സ്കൌട്ടു് കമ്മീഷണർ എന്ന നിലയിൽ കൊച്ചീരാജ്യത്തു പല സ്ഥലത്തുമുള്ള സ്കൌട്ടു്കാൎക്കു പ്രഥമചികിത്സാപരിശീലനം നൽകുന്നതിൽ അത്യന്തം ശ്രദ്ധാലുവുമായ ഡോക്ടർ സി. നാരായണമേനോനെ

ഈ പുസ്തകത്തിൻെറ കയ്യെഴുത്തുപ്രതി കാണിക്കയുണ്ടായി. അദ്ദേഹം വളരെ ശ്രദ്ധയോടെ പുസ്തകംവായിച്ച് ആവശ്യമായ തിരുത്തുകറം വരുത്തീട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹത്തിൻെറ നിർദ്ദേശപ്രകാരം ചിലതെല്ലാം കൂട്ടിച്ചേക്കയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.

ഈ പുസ്തകത്തിൽ പ്രഥമ ചികിത്സക്കാരനാവശ്യമായ സംഗതികറം എല്ലാംതന്നെയുണ്ടെന്ന് ഞാൻ ഭാവിക്കുന്നില്ല; എന്നാൽ അത്യാവശ്യമായതൊന്നും വിട്ടുകളഞ്ഞിട്ടുമില്ല. ചിത്രങ്ങറം കുറെക്കൂടി ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ കൂടുതൽ സുഗ്രഹമാകുമായിരുന്നു എന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നുണ്ട്. ചിത്രങ്ങളെമാത്രം ആസ്പദമാക്കി പരിശീലിക്കുന്നതു പ്രായോഗികമാവുമൊ എന്ന സംശയമേയുള്ളു. വിദഗ്ദ്ധനായ ഒരു ഡോക്ടരുടെ കീഴിൽ ഇരുന്നു പഠിക്കുന്നതായാൽ പ്രഥമ ചികിത്സക്കാരന് തൻെറ കൃത്യം നിർവ്വഹിക്കുവാൻ എളുപ്പവും ധൈര്യവുമുണ്ടാകുന്നതാണ്.

സ്റ്റൌട്ടുകാർക്കും. അദ്ധ്യാപകാദ്ധ്യേതാക്കറംക്കും മററും ഈ പുസ്തകം ഉപകാരമായിത്തീരുന്നെങ്കിൽ ഞാൻ കൃതാൎത്ഥനായി.

ഈ ഉദ്യമത്തിൽ എന്നെ സഹായിച്ച ഡാക്ടർ സി. നാരായണമേനോൻ അവർകളോടും ഭാഷാപരിഷ്ക്കരണ സമിതിയോടും ഭാഷാപരമായ നിർദ്ദേശങ്ങറം തന്നു സഹായിച്ച കെ. രാഘവവാരിയർ എം. എ. ബി. ററി; കെ കുഞ്ചുണ്ണിരാജ, എം എ. (പീ. എച്ച്. ഡി.) എന്നിവരോടു ഞാൻ അത്യന്തം കൃതജ്ഞതയുള്ളവനായിരിയ്ക്കുന്നു.

ആഗ്രന്തുകരോഗ
ശമനോപായങ്ങൾ

അദ്ധ്യായം 1

മനുഷ്യർക്കു പെട്ടെന്നും യാദൃച്ഛികവുമായും ഉണ്ടാകുന്ന സുഖക്കേടുകൾ സാധാരണയായി ആപായകരമായിഭവിച്ചില്ലെങ്കിലും, ചിലതു ശ്രദ്ധക്കുറവുമൂലം ജീവഹാനികരമായിത്തീൎന്നേക്കാം. അത്തരം സുഖക്കേടുകൾക്കു തൽസമയത്തു വിദഗ്ദ്ധവൈദ്യസഹായം ലഭിക്കാതെ വന്നാൽ രോഗിയുടെ പ്രാണനെ രക്ഷിക്കുന്നതിനൊ, സുഖക്കേട് ആപൽക്കരമാക്കാതിരിയ്ക്കുന്നതിനോ, രോഗി കൂടുതൽ വേദനയനുഭവിക്കാതിരിക്കുന്നതിനോ വേണ്ടി ചെയ്യുന്ന ശുശ്രൂഷയാണ് 'ആഗ്രന്തുകരോഗശമനോപായങ്ങൾ, അഥവാ 'പ്രഥമചികിത്സ' എന്നു വിവക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നതു്.

പ്രഥമ ചികിത്സക്കാർ വിദഗ്ദ്ധഡോക്ടർമാരാണെന്നു് അവരും അന്യരും ധരിച്ചുപോകരുതു്. പ്രഥമചികിത്സയുടെ ശേഷം വൈദ്യസഹായം ആവശ്യമില്ലെന്നു വിചാരിക്കുന്നതു ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ അബദ്ധമായേക്കാം.

ഒരു ചെറിയ മുറിവ് ശ്രദ്ധക്കുറവുമൂലം വലിയ വ്രണമായിത്തീരാറുണ്ടു്. ഒടിഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നു തോന്നി

യ ഒരസ്ഥിമൂലം അംഗഛേദംതന്നെ വേണ്ടിവന്നേക്കും അങ്ങിനെയുള്ള ഭവിഷ്യത്തുകളിൽ നിന്നു രക്ഷപ്പെടു ത്തുന്നതിന്ന് പ്രഥമ ചികിത്സ വളരെ സഹായമാ ണ്.

ആഗന്തുകരോഗശമനോപായങ്ങൾ പരിശീലി ക്കുന്നവർക്ക് മനുഷ്യശരീരഘടനയെക്കുറിച്ചും അവയ വങ്ങളുടെ പ്രവൎത്തനങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചും ഒരേകദേശ വിജ്ഞാനമുണ്ടെങ്കിൽ അവയവങ്ങൾക്കു വന്നു കൂടിയ ക്രമക്കേടുകളെ പ്രയാസംകൂടാതെ പരിഹരിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നതാകുന്നു.

അദ്ധ്യായം 2

മനുഷ്യശരീരം അസ്ഥികൾകൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ ഒ രു പഞ്ജരത്തിന്മേലാണ് നിൎമ്മിച്ചിട്ടുള്ളതു്. അസ്ഥിക ളുടെ ഇടയിലും പുറമേയും മാംസപേശികൾകൊണ്ടു് അടച്ചിരിക്കയാണ്. കൊഴുപ്പും ചൎമ്മവും കൊണ്ട് അ തിനെ പൊതിഞ്ഞിരിയ്ക്കുയും ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്.

ഈ കൂട്ടിനുള്ളിൽ മൂന്നു പ്രധാന അറകൾ ഉണ്ടു്. മസ്തിഷ്കം സൂക്ഷിയ്ക്കുന്നതു് തലയോടാണ്. ഹൃദയം, ശ്വാസകോശങ്ങൾ, തടിച്ച രക്തനാഡികൾ, അന്ന നാളം, ശ്വാസനാളം മുതലായവ നെഞ്ചറയിൽ സൂ ക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ടു്. നെഞ്ചറയുടെ താഴെയുള്ള ഉദരത്തിൽ ആമാശയം, യകൃത്ത് ആന്ത്രങ്ങൾ മൂത്രാശയം, മൂത്ര പിണ്ഡങ്ങൾ, ഗർഭാശയം മുതലായവ സ്ഥിതിചെ യ്യുന്നു.

ശരീരത്തിന്നകത്തും പുറത്തുമുള്ള വിവിധ ജോലികളിൽ ഓരോന്നും നിർവ്വഹിക്കുന്നതിന്നു അവയവങ്ങളെ പ്രത്യേക വ്യൂഹങ്ങളായി തിരിക്കാം. അവയിൽ ഒന്നാണ് അസ്ഥിവ്യൂഹം. ശരീരത്തെ ഉറപ്പിച്ചുനിറുത്തുന്നതിന്നുള്ള ഒരു ചട്ടയാണ് അതു്. ശരീരാന്തർഭാഗത്തുള്ള അതിപ്രധാനമായ അവയവങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതും അസ്ഥിപഞ്ജരമാണ്. ദഹനേന്ദ്രിയവ്യൂഹം ശരീരത്തിന്നാവശ്യമുള്ള ഭക്ഷണപദാൎത്ഥങ്ങളെ സ്വീകരിച്ച് അവയെ ഓരോ അവയവങ്ങളിലേക്കു കൊണ്ടുപോകുവാൻതക്കവണ്ണം ദഹിപ്പിച്ചുപാകപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. പാകപ്പെടുത്തിയ സാധനങ്ങളെ ശരീരമാസകലം വിതരണംചെയ്യുന്ന ജോലി രക്തവാഹിനിക്കുഴലുകളുടേതാണ്. ശരീരത്തിലുളവാകുന്ന അശുദ്ധസാധനങ്ങളെ ശേഖരിച്ച്, അവയെ പുറത്തേക്കയക്കുന്ന ശുദ്ധീകരണേന്ദ്രിയങ്ങളിലേക്കു എത്തിച്ചുകൊടുക്കുന്നതും രക്തപ്രസരണവ്യൂഹമാണ്. ശരീരത്തിന്നാവശ്യമുള്ള ശുദ്ധവായു സമ്പാദിക്കുന്നതും മാംസപേശികളുടെ ചലനത്തിൻെറ ഫലമായി ഉണ്ടാകുന്ന അശുദ്ധവായു പുറത്തേക്കു കളയുന്നതുമാണ് ശ്വാസനേന്ദ്രിയവ്യൂഹത്തിൻെറ പ്രവൃത്തി. ശരീരത്തിനുള്ളിൽ ഉൽപ്പാദനേന്ദ്രിയങ്ങളുമുണ്ടു്. ഇങ്ങനെയുള്ള വിവിധേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതാകുന്നു സ്നായുവ്യൂഹത്തിൻെറ ചുമതല. ഈ വകുപ്പുകളിൽ ഒന്നിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരുവശത്തു പണിമുടക്കു നേരിട്ടാൽ മററവകുപ്പുകളുടെ പ്രവൎത്തനങ്ങൾക്കുംകൂടി കോട്ടം തട്ടു

ന്നതുകൊണ്ടു ശരീരത്തിന്നു അസ്വാസ്ഥ്യം നേരിടുന്നതാണ്.

ഇന്ദ്രിയവ്യൂഹങ്ങളുടെ ജോലികൾ എന്താണെന്നുമാത്രമല്ല, അവയുടെ ഘടനയും കൂടി അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതത്യാവശ്യമാണ്.

അദ്ധ്യായം 3.

അസ്ഥിവ്യൂഹം:

അസ്ഥിവ്യൂഹത്തെ തലയോട്ട്, നെഞ്ചുകൂട്, നട്ടെല്ല്, കൈകാലുകൾ എന്നിങ്ങനെ നാലായി വിഭാഗിക്കാം. തലയോട്ട് വിവിധാകൃതിയിലുള്ള എല്ലുകൾ ചേൎത്തുണ്ടാക്കിയ ഒരു പെട്ടിയാണ്. ശരീരത്തിൻെറ പ്രവൃത്തികളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന സ്നായുവ്യൂഹത്തിൻെറ കേന്ദ്രസ്ഥാനമായ മസ്തിഷ്കം തലയോടിലാണിരിക്കുന്നതു്. എല്ലുകൾക്കു കട്ടിയും ഉറപ്പും ഉള്ളതുകൊണ്ടു് തലച്ചോറിന്നു കേടുപററുക അത്ര എളുപ്പമല്ല. എങ്കിലും അതിശക്തിയായ മർദ്ദനം തലച്ചോറിനെ ബാധിക്കുന്നതായിരിക്കും.

തലയോടിനോട് ചേൎന്നുള്ള എല്ലുകളാണ് മുഖത്തിൻെറ പതിനാലു എല്ലുകൾ. ഇവയിൽ താടിയെല്ലുമാത്രമെ ഇളകുന്നതുള്ളു. താടിയെല്ലിൻെറ ഇരുവശത്തുമുള്ള സന്ധികളിൽനിന്നു അതു തെററി വാ തുറക്കുവാനും അടയ്ക്കുവാനും സാധിക്കാതെവന്നേക്കാം.

ശമനോപായങ്ങൾകൊണ്ടു് ആ കേടിനെ പരിഹരിക്കാവുന്നതാണ്. തലയോട്ട് മുതുകെല്ലിൻെറ മുകൾഭാഗത്തു സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന ഒരു പ്രത്യേകതരം എല്ലിന്മേൽ വെച്ചിരിക്കുന്നു.

<u>നട്ടെല്ല്</u>: ഒരേജാതിയിലുള്ള മുപ്പത്തിമൂന്നു എല്ലുകൾ ചേർത്തിട്ടാണ് നട്ടെല്ലുണ്ടാക്കിയിരിക്കുന്നത്. ഓരോന്നിന്നും നടുവിൽ ദ്വാരമുണ്ട്. ഇവയെ ഒന്നിന്നുമേൽ ഒന്നായിവെച്ച് ഒരു കുഴലിൻെറ ആകൃതിയിൽ സംഘടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു ശരീരത്തെ വളയ്ക്കുന്നതിന്നും തിരിക്കുന്നതിന്നും സൌകര്യം ലഭിക്കുന്നു. തലച്ചോറിനോടനുബന്ധിച്ച ഞരമ്പുകൾ കൂടിച്ചേർന്നുണ്ടായ നട്ടെൽമജ്ജ ഈ കുഴലിൽക്കൂടി കീഴ്പോട്ട് എത്തുന്നു. ശരീരത്തിലെ മററു ഞരമ്പുകളും ഇതിനോടാണ് സംഘടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. പന്ത്രണ്ടു വലിയ ഞരമ്പുകൾ മസ്തിഷ്കത്തിൽനിന്നു നേരിട്ടും പുറപ്പെടുന്നുണ്ട്. (12 Cranial nerves)

<u>നെഞ്ചറ</u> : പന്ത്രണ്ടുജോടി വാരിയെല്ലുകളും ഉരോസ്ഥി അല്ലെങ്കിൽ മാറെല്ലും മുതുകെല്ലുകളിൽ ചിലതും കൂടി സംഘടിപ്പിച്ചതാണ് നെഞ്ചറ. തലയോട്ടിൽനിന്ന് കീഴോട്ട് എട്ടാമത്തെതുമുതൽ പന്ത്രണ്ട് നട്ടെല്ലുകളുടെ ഇരുവശത്തുമായി വാരിയെല്ലുകളെ ഇണക്കിയിരിക്കുന്നു. മീതെയുള്ള പത്തുജോടി എല്ലുകൾ മുൻവശത്തുള്ള മാറെല്ലിനോടും യോജിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഏററവും താഴെയുള്ള രണ്ടുജോടികൾ നട്ടെല്ലുകളോട് മാ

ത്രമേ ഘടിപ്പിച്ചിട്ടുള്ളു. വാരിയെല്ലുകളുടെ ഇടയിൽ മാംസപേശികൾ ഉണ്ടു്. ഇങ്ങിനെ നെഞ്ചറയിൽ ശ്വാസകോശങ്ങൾ, ഹൃദയം, അന്നനാളം ശ്വാസനാളം രക്തനാഡി മുതലായ അതിപ്രധാനങ്ങളായ അവയവങ്ങളെ സൂക്ഷിച്ചുവെച്ചിട്ടുണ്ടു്. വാരിയെല്ലുകൾക്ക ഭംഗംതട്ടിയാൽ നെഞ്ചറയിലുള്ള അവയവങ്ങൾക്കുംകൂടി പരുക്കേൽക്കാവുന്നതാണു്.

കൈകാലുകളുടെ എല്ലുകൾ പല വലിപ്പത്തിലുള്ളവയാണു്. മിക്കവാറും എല്ലാഎല്ലുകളുടേയും അററങ്ങൾ തടിച്ചും മദ്ധ്യഭാഗം പൊള്ളയായും ഇരിക്കും. പൊള്ളയായ ഭാഗം മജ്ജകൊണ്ടു നിറച്ചിരിക്കുന്നു. നെഞ്ചറയുടെ മീതെ മുകൾഭാഗത്തുള്ള വളയനെല്ലു് അല്ലെങ്കിൽ പൂഞ്ഞെല്ലു് പിന്നിലുള്ള കൈപ്പലകയെല്ലും അല്ലെങ്കിൽ അംസഫലാകാസ്ഥിയും കൂടി ചുമൽ പ്രദേശം ഉണ്ടാക്കുന്നു. തോൾപ്പലകയുടെ അററത്തുള്ള ഒരു പരന്ന കുഴിയിലാണ് ഭുജാസ്ഥിയുടെ ഗോളാകൃതിയിലുള്ള മേലെ അററം സന്ധിച്ചിരിക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു് ആ കുഴിയിൽകിടന്നു തിരിയുന്നതിന്നു ഭുജാസ്ഥിക്കു സൌകൎയ്യമുണ്ടു്. വളരെ ഘനമുള്ള സാധനങ്ങൾ പൊക്കുകയൊ കൈ ശക്തിയായി വീശുകയൊ ചെയ്യുന്ന ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഭുജാസ്ഥി കുഴയിൽനിന്നു തെററിപ്പോകാൻ ഇടയുള്ളതാണു്. കൈകുത്തി വീഴുന്ന അവസരത്തിൽ വളയനെല്ലും പൊട്ടാറുണ്ടു്.

ഭുജാസ്ഥിയോടു ചേൎന്നുകിടക്കുന്നവയാണു് രണ്ടു മുഴങ്കൈഎല്ലുകൾ. അവയോടുചേൎന്ന മണിബന്ധത്തി

ൻെറ എല്ലുകൾ രണ്ടുവരിയായി സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു ഏതാണ്ട് ഉരുണ്ടിരിക്കുന്ന ആ എല്ലുകൾ ഒന്നോടൊന്നു ഉരസി മണിബന്ധത്തിന്നു ചലനമുണ്ടാക്കുന്നു. തുടർച്ചയായി ഉള്ളം കൈയുടെ അഞ്ചെല്ലുകളും പതിനാലു് കൈവിരലെല്ലുകളും കാണും. ഓരോവിരലിന്നു മുമ്മൂന്നും തള്ളവിരലിന്നു രണ്ടും എല്ലുകൾവീതമാണുള്ളതു്.

കാലുകളുടെ ഘടനയും കൈകാലുകളുടേതുപോലെതന്നെ. ഇടയിൽ ഒന്നും, അതിന്നുതാഴെ രണ്ടും, നെരിയാണിയിൽ ഏഴും, പാദത്തിൽ അഞ്ചും കാൽവിരലുകൾക്ക കൈവിരലുകളുടേതുപോലെ പതിനാലും എല്ലുകൾ ഉണ്ടു്. കാൽ മുട്ടിൻെറ സന്ധിയിൽ വിശേഷവിധിയായി ഒരു മുട്ടു'ചിരട്ട'യും ഉണ്ടു്. ഊർവ്വസ്ഥി ഇടുപ്പെല്ലിനോടാണ് യോജിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നതു്. ഉക്കൽ കെട്ടിലേയും ചുമലിലേയും സന്ധികൾക്ക സാമ്യമുണ്ടു്.

രണ്ടൊ അധികമൊ എല്ലുകൾ ഒന്നിച്ചു ചേരുന്ന പ്രദേശങ്ങളാണ് സന്ധികൾ. ചലനമുള്ളതും ഇല്ലാത്തതുമായ ചേർപ്പുകൾ ഉണ്ടു്. കൈകാലുകളുടെ സന്ധികൾ മിക്കവാറും എല്ലാംതന്നെ ചലനമുള്ളവയാണ്. തലയോടിൻെറ സന്ധികൾക്ക ചലനമില്ല. ചലനമുള്ളഭാഗങ്ങളിലാണ് സന്ധിഭ്രംശം അഥവാ 'കഴതെററൽ' ഉണ്ടാകുന്നതു്. ചെറുതും വലുതുമായ അനേക സന്ധികൾ അസ്ഥിപഞ്ജരത്തിലുള്ളതുകൊണ്ടും

ശരീരം യഥേഷ്ടം തിരിക്കുവാൻ ഫ്രാധിക്കുന്നു. (Continued on page 92)

അദ്ധ്യായം 4

അസ്ഥിവിഭാഗങ്ങളും ശമനോപായങ്ങളും.

അസ്ഥികൾ വളരെ ഉറപ്പുള്ളവയാണെങ്കിലും വീഴ്ചകൊണ്ടും മർദ്ദനത്താലും അവയ്ക്കു ഭംഗംതട്ടാറുണ്ട്. എല്ല് ഒടിഞ്ഞാൽ മുറിവ് സുഖപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗം ശരീരത്തിൽത്തന്നെയുണ്ട്. പക്ഷെ അസ്ഥിഭംഗംമൂലം എല്ലുകൾക്കു സ്ഥാനഭ്രംശം വരികയോ ശരീരത്തിനു പുറത്തേക്കു തുറിച്ചു ചാടുകയോ ചെയ്താൽ അവയെ പൂർവ്വസ്ഥാനത്താക്കുന്നതിനു പ്രകൃതിക്കു സാദ്ധ്യമല്ല. അപ്പോഴാണ് പ്രഥമചികിത്സകാരൻെറയൊ വൈദ്യൻെറയൊ സഹായം ആവശ്യമായിവരുന്നത്.

ഒടിഞ്ഞ എല്ലുകളുടെ രൂപഭേദമനുസരിച്ച് അസ്ഥിഭംഗം ഏഴുതരമായി ഭാഗിക്കാം.

1. ശരീരത്തിൻെറ പുറമെ മുറിവുകൾ ഉണ്ടാക്കാതെ അസ്ഥിഭംഗം നേരിടാവുന്നതാണ്. ബാഹ്യമായ മുറിവുകൾ ഇല്ലാത്തതിനാൽ ഒടിഞ്ഞിരിക്കുന്ന എല്ലിലേക്കു വിഷബീജങ്ങൾ പ്രവേശിക്കുന്നതല്ല.

2. എല്ല് ഒടിയുകയും അതോടുചേന്നു പുറമെ മുറിവുകൾ ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് രണ്ടാമത്തെ

ത്തരം. ഈ മുറിവുകളിൽകൂടി വിഷബീജങ്ങൾ അക ത്തേക്കുകടക്കുവാൻ ഇടയുള്ളതിനാൽ അത്തരം ഒടിവുകൾ അപായകരമാണ്.

3. അന്തർഭാഗത്തുള്ള അവയവങ്ങൾക്കുംകൂടി പരുക്കേൽപിക്കുന്നവിധത്തിലും അസ്ഥിഭംഗം നേരിടാം. ദൃഷ്ടാന്തമായി വാരിയെല്ലിന്റെ ഒടിച്ചിൽനിമിത്തം ശ്വാസകോശങ്ങൾക്കോ ഹൃദയത്തിനോ ഹാനിതട്ടിയെന്നുവരാവുന്നതാണ്. അതുപോലെതന്നെ തലയോട്ട് പൊട്ടി തലച്ചോറിനും കേടുതട്ടാം. ഇത്തരം ഒടിവുകൾനിമിത്തം ജീവഹാനികൂടിവരാവുന്നതാണ്.

4. വളരെ ഘനമുള്ള സാധനങ്ങളുടെ പെട്ടന്നുണ്ടാവുന്ന മർദ്ദനംമൂലം എല്ല് ഒടിഞ്ഞ് രണ്ടു് അററവും ചതഞ്ഞ് ചെറുകഷണങ്ങളായിത്തീരുന്ന അസ്ഥിഭംഗമാണ് നാലാമത്തേതു്.

5. ഒടിഞ്ഞ എല്ലിന്റെ ഒരററം പൊള്ളയായ മറെറ അററത്തേക്കു കുത്തിക്കയറുവാൻതക്കവണ്ണം അസ്ഥിഭംഗം നേരിടുന്നതാണ് അഞ്ചാമത്തേതു്.

6. ചെറിയകുട്ടികളുടെ എല്ലുകൾക്കും ഹാനിതട്ടുന്നുണ്ടല്ലോ. കുട്ടികളുടെ എല്ലുകൾ അത്ര കട്ടിയുള്ളവയും എളുപ്പത്തിൽ രണ്ടുകഷണമായി ഒടിയുന്നവയും അല്ല. അതുകൊണ്ടു് അവരുടെ എല്ലുകൾ ഒടിയുന്നതു ഒരു പച്ചവടി ഒടിയുന്നതുപോലെ ഒരുഭാഗം പൊട്ടിച്ചിടുകയും എതുഭാഗം സ്വല്പം വളയുകയും ചെയ്തു എ

ന്നെ വരികയുള്ളു. (7) ഒരു എല്ലുതന്നെ ഒന്നിൽ അധികം സ്ഥലത്തു ഒടിഞ്ഞെന്നുവരാം. എന്നുമാത്രമല്ല ഒരെകാരണത്താൽ ഒന്നിലധികം എല്ലുകൾ ഒരേസമയത്തു ഒടിഞ്ഞെന്നും വരാവുന്നതാണ്.

അസ്ഥിഭംഗത്തിൻെറ സാമാന്യലക്ഷണങ്ങൾ:—

ഒടിഞ്ഞിരിയ്ക്കുന്നസ്ഥലത്തു വേദനയും നീരും ഉണ്ടാകും. ചിലപ്പോൾ കരിവാളിപ്പ നിറമുണ്ടായെന്നുവരാം. തീർച്ചയായും അംഗവൈകല്യവും അസ്വാധീനതയും ഉണ്ടാകും. സ്വയമെ ചലനമില്ലാതിരുന്നിടത്തു ചലനമുണ്ടാകുന്നതാണ്. ഇളക്കിനോക്കിയാൽ 'കിറകിറ' ശബ്ദവും കേൾക്കാം. ഒടിഞ്ഞ എല്ല് നീളംകുറഞ്ഞുമിരിക്കും

ശമനോപായങ്ങൾ :—

1. ഒടിവ്തട്ടിയഭാഗത്തു പെട്ടെന്നു അനക്കംതട്ടാതെ സൂക്ഷിയ്ക്കുക.

2. രോഗിയ്ക്കു ദേഹത്തിൽ തണുപ്പുതട്ടാതിരിയ്ക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.

3. ചോര ഒലിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ നിറുത്തി മുറിവിൽ വിഷബീജങ്ങൾ പ്രവേശിക്കാതിരിപ്പാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക.

4. രോഗിയോട്ട് സ്വാന്തനവാക്കുകൾ പറഞ്ഞ് ധൈര്യപ്പെടുത്തുക.

5 അസ്ഥിഭംഗമുണ്ടോ എന്ന സംശയമാണെങ്കിൽ തന്നെയും ഉണ്ടെന്നു സങ്കല്പിച്ച ശമനവിധികൾ ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു ദോഷമൊന്നും വരാവുന്നതല്ല.

6. പരുക്കുതട്ടിയ അസ്ഥിക്ക് അനക്കം തട്ടാതിരിപ്പാൻ അലകുവെച്ചു കെട്ടുക. ഒടിഞ്ഞിരിക്കുന്ന എല്ലിൻെറ താഴെയും മീതെയുമുള്ള സന്ധികൾ ഇളകാതിരിക്കുവാൻ തക്കവണ്ണം അലകുകൾക്കു നീളംവേണ്ടതാണ്. അലകുകൾക്കുപകരം കട;ചെറിയ മരക്കഷ്ണങ്ങൾ, വടി, കാർഡ്ബോർഡ് മുതലായവയും ഉപയോഗിയ്ക്കാം. ബേൻഡയ്ജുകൊണ്ടു കെട്ടുമ്പോൾ കെട്ടുകൾ അലകിൻെറ മീതെവരുന്നതാണ് നല്ലതു്. രോഗിക്കു കൂടുതൽ സുഖംതോന്നുന്നവിധത്തിൽ ഒടിഞ്ഞ അവയവത്തെ വെച്ചുകെട്ടേണ്ടതാകുന്നു. എല്ല് ഒടിഞ്ഞ് സ്ഥാനഭ്രംശംവന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിനെ അതേസ്ഥിതിയിൽതന്നെ വച്ചുകെട്ടിവൈദ്യസഹായം തേടേണ്ടതാകുന്നു. പ്രഥമചികിത്സക്കാരൻ എല്ലുകളെ യഥാസ്ഥാനത്താക്കുവാൻ ശ്രമിച്ചാൽ അബദ്ധത്തിൽ ചാടിയെന്നുവരാം.

മരക്കഷ്ണങ്ങളൊ അലകുകളൊവെച്ചു കെട്ടുമ്പോൾ അവയെ ശീലക്കഷ്ണങ്ങൾകൊണ്ടു പൊതിയുന്നതായാൽ അവയവത്തിനു പതം കൂടുന്നതാണ്.

7. കൈകളുടെ എല്ലൊടിഞ്ഞാൽ അലകുകൾ വെച്ചുകെട്ടിയതിൻെറ ശേഷം 'കൈത്തൂക്കി'ൽ ഇടണം.

8. കാലുകളുടെ എല്ലൊടിഞ്ഞാൽ അലകുകൾ വെച്ചുകെട്ടി കാൽ സ്വല്പംപൊക്കി രോഗിയെ കിടത്തണം.

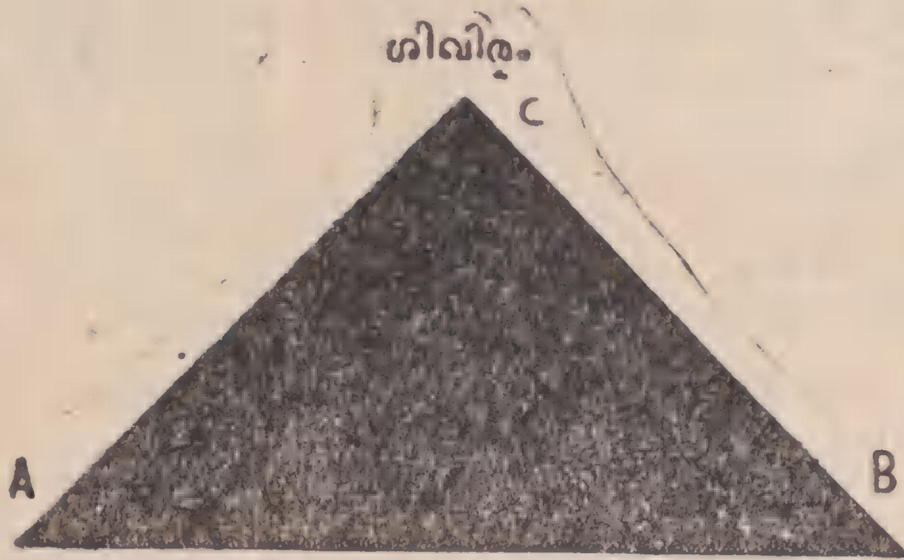
അദ്ധ്യായം 5

ബാൻഡെയ്ജ്

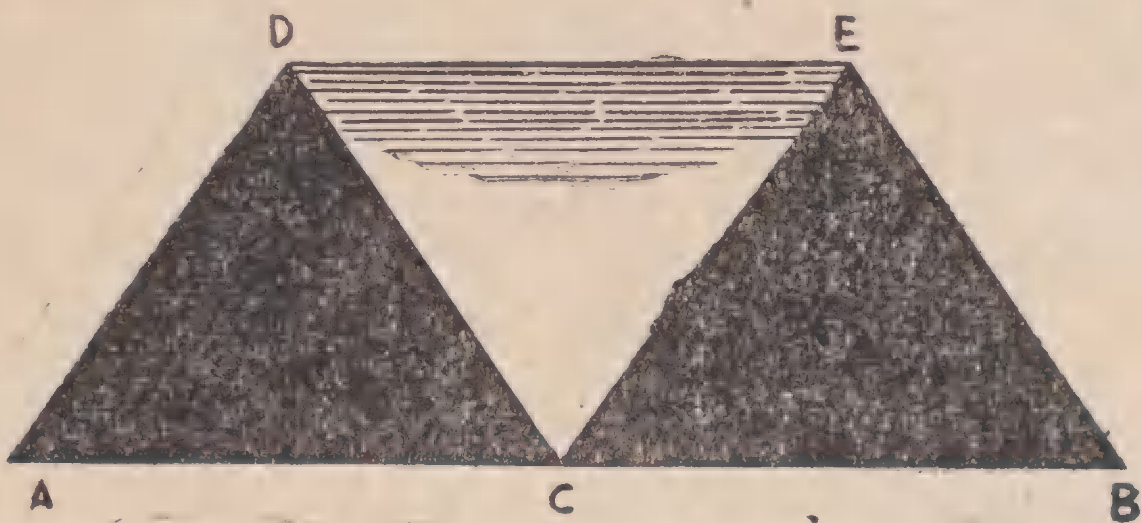
ദേഹത്തിന്റെ ഭിന്നഭാഗങ്ങളെ താങ്ങുവാനും ചില സ്ഥലങ്ങളിൽ പ്രത്യേകിച്ച രക്തനാഡികളിൽ അമച്ചുഉണ്ടാക്കുവാനും അസ്ഥിഭംഗംവന്ന സ്ഥലത്തുഅലകുകൾ വെച്ചുകെട്ടുവാനുംആയി തുണികൾകൊണ്ടു കെട്ടാറുണ്ടല്ലോ. ഈ കെട്ടുകളാണ് ബാൻഡെയ്ജ് എന്നു ഇംഗ്ലീഷ്ഭാഷയിൽ പറയുന്നതു്. 'കെട്ടുകൾ' എന്നുമാത്രം പറഞ്ഞാൽ അർത്ഥവ്യത്യാസം വരുമെന്നോർത്താണ് ആംഗ്ലേയഭാഷയിൽ തന്നെയുള്ള വാക്കുപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നതു്. പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയുടെ ആവശ്യത്തിനു് സാധാരണയായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നതു ത്രികോൺ ബാൻഡെയ്ജാണ്. ഏതാണ്ടു് 36 ഇഞ്ച് ചതുരത്തിൽ ഒരു ശീലക്കഷണമെടുത്തു് കോണോടുകോണിൽകൂടി മുറിച്ചാൽ മുക്കോണു് ബാൻഡെയ്ജ് ഉണ്ടാക്കാം. അങ്ങിനെ മുറിച്ചെടുത്തകഷണത്തിന്റെ ഏററവും നീളംകൂടിയഭാഗം അടിഭാഗമായിരിക്കും. അതിന്റെ മദ്ധ്യത്തിന്നുനേരെയുള്ളകൂർത്ത അററത്തിന്നു 'ശിഖരം' എന്നുപറയാം. (ചിത്രം നോക്കുക.)

ത്രികോൺ ബാൻഡെയ്ജുകൾ പലതരത്തിൽ മടക്കി വിവിധതരത്തിലുള്ള കെട്ടുകൾക്കായുപയോ

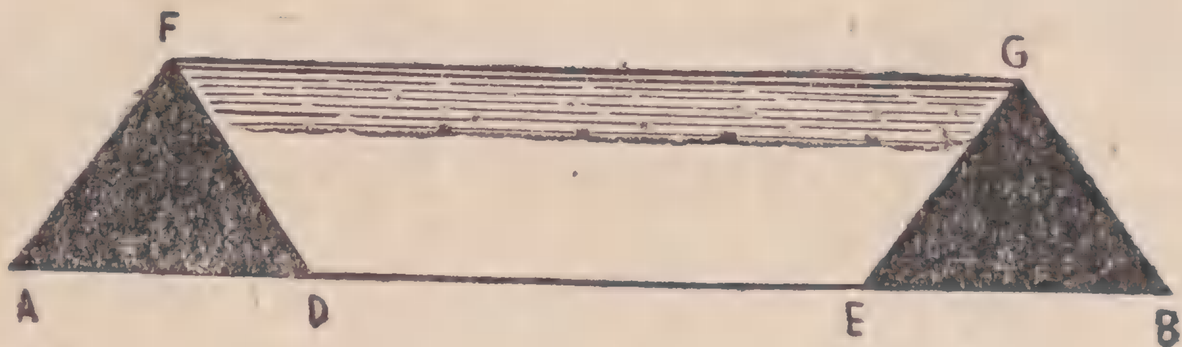
ശിവിരം



1



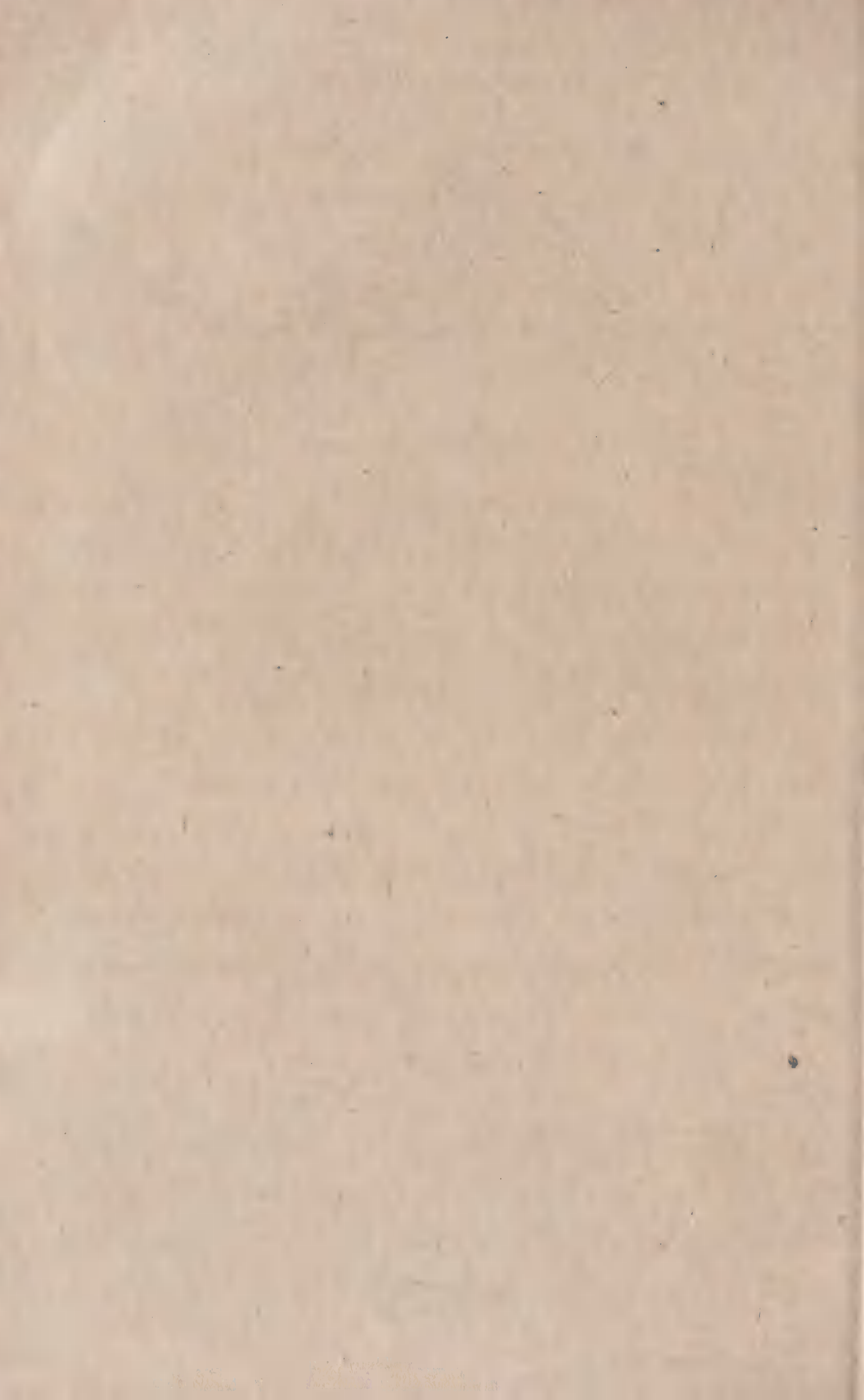
2



3



4



ഗിക്കുന്നു. കൈയുടെ അസ്ഥി ഒടിഞ്ഞ് അലകുവെച്ചു കെട്ടിയതിന്നുശേഷം അതിന്നുതാങ്ങായി ഉപയോഗിക്കുന്ന കെട്ടിനാണ് 'കൈതൂക്ക്' (sling) എന്നു പറയുന്നതു്. മടക്കാത്ത ഒരു മുക്കോണ ബാൻഡെയ്ജാണ് കൈതൂക്കിന്നായുപയോഗിക്കുന്നതു്. അതു 'തുറന്ന' ബാൻഡെയ്ജാണ് (ചിത്രം 1)

ശിഖരം അടിഭാഗത്തിൻെറ മദ്ധ്യത്തിൽ തൊടുമാറ് മടക്കിയതിന്നു 'ഒന്നുമടക്കിയതു്' എന്നുപറയാം. (ചിത്രം 2) അതിനെ ഒന്നുകൂടി മടക്കി മററു ചിലകെട്ടുകൾക്കുപയോഗിക്കുന്നു. (ചിത്രം 3) ആ ബേൻഡെയ്ജിനെ ഒരിക്കൽകൂടി മടക്കിയതാണ് നാലാം ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നതു്.

വലിയകൈതൂക്ക്: മടക്കാത്ത ഒരു ത്രികോണ ബാൻഡെയ്ജ് എടുത്തു് ശിഖരം പരുക്കുപററിയ കൈയുടെ അടിയിൽകൂടി പാൎശ്വഭാഗത്തെക്കിട്ടു് ഒരുതുമ്പ് മറുവശത്തെതോളിൽകൂടിയും കഴുത്തിൻെറ പുറകുവശത്തുകൂടിയും മുമ്പോട്ടുകൊണ്ടുവന്ന് സുഖമില്ലാത്ത കൈ പതുക്കെ മടക്കി മാറോടുചേൎത്തു തൂങ്ങികിടക്കുന്നതുമ്പു് എടുത്തു മേലാട്ടുകൊണ്ടുവന്നു് കഴുത്തിൻെറ ഒരുവശത്തു 'ആൺകെട്ടു്' ഇട്ടുകെട്ടുക. ശിഖരംവലിച്ചു് കൈമുട്ടു് മൂടുവാൻതക്കവണ്ണം മടക്കി മുൻവശത്തു തുന്നിവെയ്ക്കുക. കൈ തൂക്കിൽ ഇട്ടപ്പോൾ കൈവിരലുകൾ കാണാവുന്നമാതിരി കൈപ്പട മുട്ടിനേക്കാൾ പൊങ്ങിനില്ക്കും വിധവും ആയിരിക്കേണ്ടതാണ്. ഉള്ളംകൈ മാറോടുചേൎന്നും വിര

ലുകൾകൂട്ടി നേരെചൂണ്ടുന്നപോലെയും തള്ളവിരൽ മേല്പോട്ടു താടിക്കുനേരെ ചൂണ്ടിയുംവെക്കണം.

ചെറിയ കൈത്തുക്കു് കെട്ടുന്നതും മേൽപ്പറഞ്ഞതുപോലെതന്നെ. പക്ഷെ മൂന്നാം ചിത്രത്തിൽ കാണിച്ച ബേൻഡെയ്ജ് ഉപയോഗിക്കണമെന്നേയുള്ളു. അതിൻെറ 'ശിഖരം' മടക്കിൻെറ ഉള്ളിലായതുകൊണ്ടു കൈമുട്ടു് മറയ്ക്കുവാൻ സാധിക്കയില്ല.

ശിരസ്സിൽ ബേൻഡെയ്ജ്: തലയോടിന്നു കേടു തട്ടുമ്പോഴാണു് ഇത്തരം കെട്ടുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതു്. ബാൻഡെയ്ജിൻെറ അടിഭാഗം ഒരിഞ്ചുവീതിയിൽ മടക്കി അടിഭാഗം കൺപുരികങ്ങൾക്കുമീതെ വെച്ചു് ത്രികോണബേൻഡെയ്ജിൻെറ മദ്ധ്യം നെറുകയിൽവെച്ചു പാർശ്വങ്ങളിൽ തൂങ്ങിക്കിടക്കുന്ന തുമ്പുകൾരണ്ടും എടുത്തു പുറകോട്ടുകൊണ്ടുപോയി തലയുടെപുറകുവശത്തുകൂടി ചുററി മുന്നോട്ടു് എത്തിച്ചു നെററിമേൽകെട്ടുക. തുമ്പുകാണാത്തവിധം മറയ്ക്കുകയുംചെയ്യു. പിന്നിൽകിടക്കുന്ന ശിഖരംവലിച്ചു് മടക്കി മുകൾഭാഗത്തു് തുന്നിനിൎത്തുക.

കൈമുട്ടിൻെറ ബാൻഡെയ്ജ്: അടിഭാഗം ഒരിഞ്ചു വീതിയിൽ മടക്കി 'ശിഖരം' മേലോട്ടാക്കി അടിഭാഗത്തിൻെറ മദ്ധ്യം മുട്ടിന്നു് കീഴ് കൈത്തണ്ടയുടെപുറകിൽവെച്ചു രണ്ടുതുമ്പുകളും മുമ്പോട്ടുകൊണ്ടുവന്നു സന്ധിയുടെ കീഴ്ഭാഗത്തുപിണച്ചു് മേലെ

കൈത്തണ്ടയുടെ പുറകിലേക്കെടുത്ത് ശിഖരത്തിന്നു മീതെ കെട്ടുക. ശിഖരം നല്ലവണ്ണം മേലോട്ട് വലിച്ച് മടക്കിയിരുന്നുക. ഈ കെട്ട് ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കൈ മടങ്ങിയിരിക്കേണ്ടതാകുന്നു. കൈ തൂക്കിൻ ഇടുകയും വേണം. കാൽമുട്ടിന്നുള്ള ബാൻഡെയ്ജും ഇതു പോലെതന്നെ.

കൈപ്പട ബാൻഡെയ്ജ്: 'തുറന്ന' ബാൻഡെയ്ജ് മേശമേലോ പരന്നസ്ഥലത്തോ വെച്ച് അതിൻെറ മദ്ധ്യഭാഗത്ത് ഉള്ളംകൈ താഴോട്ടാക്കി വിരലുകൾ ശിഖരത്തിൻെറ വശത്തേക്ക് നീട്ടിവെച്ച് ശിഖരം വലിച്ച് കൈപ്പടയുടെ പുറഭാഗത്തുകൂടി വിരലുകൾ മൂടത്തക്കവണ്ണം മടക്കിയതിന്നുശേഷം തുമ്പുകൾ എടുത്തു മണിബന്ധത്തിൻെറ മുന്നിൽ പിണച്ച് ചുററിക്കെട്ടുക. ശിഖരം മടക്കിക്കെട്ടി മീതെ കൊണ്ടുവന്നു തുന്നിവെയ്ക്കുക.

കാലിൻെറ അടിക്കും ഇതുപോലെതന്നെയാണ് കെട്ടേണ്ടത്. എന്നാൽ ബാൻഡെയ്ജിൻെറ അടിഭാഗം മടക്കുമ്പോൾ കാലിൻെറ മടമ്പെല്ല് മറഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാകുന്നു.

ചുമൽ ബാൻഡെയ്ജ്: ഇതിന്നു രണ്ടു ത്രികോണ ബാൻഡെയ്ജ് ആവശ്യമാണ്. ഒരെണ്ണം എടുത്ത് അതിൻെറ അടിഭാഗത്തിൻെറ നടുഭാഗം മേലെ കൈത്തണ്ടയുടെ മദ്ധ്യത്തിലും 'ശിഖരം' തോളിലും ആയിവെക്കുക. തുമ്പുകൾ കൈത്തണ്ടയിൽ

ചുററിക്കെട്ടുക. വേറൊരണ്ണമെടുത്തു ഒരുതുമ്പു് പരുക്കേററതോളിൽ ഒന്നാമത്തേതിന്റെ ശിഖരത്തിനുമീതെ കഴുത്തിന്റെ പുറകിലേക്കിടുക. താഴെയുള്ള തുമ്പു് എടുത്തു് കൈത്തണ്ടക്കു് കെട്ടുന്നവിധം മറുതോളിൽകൂടി എടുത്തു രണ്ടററവുംചേർത്തു കെട്ടുക. കെട്ടുകൾ കഴുത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തായിരിക്കണം; പരുക്കേററഭാഗത്താണു് നല്ലതു്. ഈ കെട്ടിനെമൂടി ആദ്യത്തെ ബാൻഡെയ്ജിന്റെ ശിഖരം മടക്കിത്തുന്നണം.

<u>മാറിനുള്ള ബാൻഡെയ്ജ്</u> മാറിൽ പരുക്കേററ സ്ഥലത്തു തുറന്ന ബാൻഡെയ്ജിന്റെ ശിഖരം മേലോട്ടാക്കി മദ്ധ്യംവെച്ചു് രണ്ടുതുമ്പുകളും വലിച്ചു് പിന്നിൽകെട്ടുക. ശിഖരം വലിച്ചു തോളിൽകൂടി പുറകോട്ടുകൊണ്ടുവന്നു് പിൻഭാഗത്തുള്ള ഒരു തുമ്പിനോടുചേർത്തുകെട്ടുക.

പുറത്തുകെട്ടുന്ന ബാൻഡെയ്ജു് ഇതുപോലെതന്നെ. പക്ഷെ പുറകിൽനിന്നു തുടങ്ങണമെന്നു മാത്രം.

<u>ഒക്കിനുള്ള ബാൻഡെയ്ജ്:</u> തുറന്ന ബാൻഡെയ്ജ് എടുത്തു 'ശിഖരം' അരയ്ക്കുമീതെ മേലോട്ടാക്കി അടിഭാഗം തുടയിൽ ചുററികെട്ടുക. കെട്ടു തുടയുടെ പുറകുഭാഗത്തായിരിക്കണം. വേറൊരു ബേൻഡെയ്ജ് എടുത്തു് 4-ാം ചിത്രത്തിൽകാണിച്ചവിധം വീതികുറച്ചു്മടക്കി ഒന്നാമത്തേതിന്റെ 'ശിഖര'ത്തി

ന്നമീതെ അരയിൽ ചുററിക്കെട്ടുക ശിഖരം വലിച്ചു മുറുക്കി മടക്കിത്തുന്നുക. താടിയെല്ലിനുള്ള ബാൻഡെയ്ജ് നോക്കുക.

ബേൻഡേയ്ജ്കൊണ്ടുള്ള ഉപയോഗങ്ങൾ:

1 'ഡ്രെസിങ്ങ്' അതതുസ്ഥാനത്തു നിർത്തുവാൻ. (പരുക്കുകൾ കഴുകി വിഷക്രിമിനാശികളായ മരുന്നുപയോഗിച്ച് ശീലക്കഷണം പഞ്ഞി മുതലായവകൊണ്ടു് കെട്ടിവെക്കുന്നതിനാണ് 'ഡ്രെസ്സിങ്ങ്' എന്നു ഇംഗ്ലീഷിൽ പറയുന്നതു്)

2 ബലക്ഷയംവന്നതും മുറിവു് പററിയതുമായ അവയവങ്ങളെ താങ്ങുവാൻ.

3 എല്ലൊടിഞ്ഞസ്ഥാനത്തു് അലകുവെച്ചു് കെട്ടുവാൻ.

4 രക്തസ്രാവം നിർത്തുന്നതിന്നു്.

ബേൻഡെയ്ജുകൾ തുറന്ന മുറിവുകളിന്മേൽ കെട്ടികൂടാത്തതാണ്. ബേൻഡെയ്ജുകൾ കെട്ടുവാൻ പരിചയംകൊണ്ടുമാത്രമെ സാധിക്കയുള്ളു. കെട്ടുകൾ ഉറപ്പുള്ളവയായിരിക്കണമെന്നുമാത്രമല്ല വളരെ വൃത്തിയുള്ളവയുമായിരിക്കണം. പ്രഥമചികിത്സക്കാരൻ ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തികൾ ദ്രുതഗതിയിൽ ചെയ്തു അബദ്ധത്തിൽ ചാടുന്നതിനേക്കാൾ സാവധാനത്തിൽ വൃത്തിയായും കൃത്യമായും ചെയ്യുന്നതാണ് നല്ലതു്.

അസ്ഥിപഞ്ജരത്തിലെ അസ്ഥികൾക്കഭംഗം തട്ടുന്നതു കൂടാതെ അതിലെ സന്ധികൾക്കും കേടുപററാവുന്നതാണ്. ഒരു സന്ധിയിലുള്ള ഒന്നൊ അധികമൊ എല്ലുകൾക്ക സ്ഥാനമാററം വരുന്നതിന്നാണ് സാധാരണയായി 'കുഴതെററൽ' എന്നു പറഞ്ഞുവരുന്നതു്.

തെററിയസ്ഥലത്തു ചൂടും വേദനയും ഉണ്ടാകും എന്നുമാത്രമല്ല വീക്കവും ചുകന്ന നിറവും കാണും. സന്ധിക്ക ചലനമുണ്ടാകുന്നതല്ല. അവയവത്തിന്നു വൈരൂപ്യവും സംഭവിക്കും. രോഗി പരുക്കതട്ടിയ അവയവത്തെ താങ്ങിപ്പിടിക്കുന്നുണ്ടായിരിക്കും. കുഴ തെററിയ അവയവത്തിന്നു സാധാരണയായി നീളം കൂടിയതായിട്ടാണു കാണുക.

എല്ലുകളെ തൽസ്ഥാനത്തേക്ക വരുത്തുക എന്നുള്ളതാണ് ചികിത്സ. പക്ഷെ, പ്രഥമചികിത്സക്കാരൻ അതിന്നുദ്യമിക്കുന്നതു അത്ര ശരിയല്ല. അവയവത്തിന്നു് കൂടുതൽ പരുക്ക് തട്ടാതിരിക്കുവാനായി അതിന്നു തക്കതായ താങ്ങൽകൊടുക്കുക ; പരുക്കേററിരിക്കുന്ന ആൾക്ക ഏററവും സുഖം തോന്നുന്നവിധത്തിൽ അവയവത്തെ ബേൻഡെയ്ജ്കൊണ്ടു് കെട്ടിവെയ്ക്കുക ; വേദന ശമിക്കുന്നതിന്നുവേണ്ടി ഹാനിതട്ടിയസ്ഥലത്തു തണുപ്പിക്കുക ; അതുകൊണ്ടു വേദനയ്ക്കു ശമനം വരുന്നില്ലെന്നുകണ്ടാൽ ചൂടാക്കുക ; രോഗിക്കു യാതൊരു അസുഖവും നേരിടാത്തവിധത്തിൽ വൈദ്യന്റെ അടുക്കലേക്ക കൊണ്ടുപോവുക.

അസ്ഥിസന്ധികളിൽ ഉളുക്കുതട്ടാറുണ്ടു്. അസ്ഥികളെ ബന്ധിച്ചിരിക്കുന്ന മാംസനാരുകൾ ക്രമത്തിലധികം വലിയുമ്പോഴാകുന്നു ഉളുക്കുതട്ടുന്നതു്. ഉളുക്കുതട്ടിയാൽ സന്ധിയിൽ വേദനതോന്നുന്നതാണ്. വീക്കവും കരിവാളിപ്പുനിറവും ഉണ്ടായെന്നും വരും. പരുക്കുതട്ടിയ സന്ധി അനക്കാതെവെച്ച് തണുപ്പിച്ചാൽ ശമനമുണ്ടാകുന്നതാണ്. 24 മണിക്കൂറിന്നുള്ളിൽ തണുപ്പും ആ സമയംകഴിഞ്ഞാൽ ചൂടുപിടിക്കയുമാണു വേണ്ടതു്. വീക്കം വരാതിരിപ്പാൻ തണുപ്പും വീക്കംവന്നാൽ ഇല്ലാതാക്കുന്നതിന്നു ചൂടും ആവശ്യമാകുന്നു.

അദ്ധ്യായം 6

മാംസപേശിവ്യൂഹം: ശരീരത്തിൽ സദാനടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രവൃത്തികൾ മാംസപേശികൾ മൂലമാണ് നിർവ്വഹിക്കപ്പെടുന്നതു്. ദേഹത്തിലുള്ള മാംസപേശികൾ ഒരുപോലെയല്ല. എല്ലുകളോടുചേന്നു് പുറമെകാണുന്ന മാംസപേശികൾ ശരീരാന്തർഭാഗത്തിലെ അവയവങ്ങളുടേതിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തപ്പെട്ടവയാകുന്നു. അവ മനസ്സിൻെറ വരുതിക്കനുസരിച്ച പ്രവൃത്തിയെടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു: ഹൃദയം, ശ്വാസകോശങ്ങൾ, ആമാശയം മുതലായ ആന്തരാവയവങ്ങളുടെ മാംസപേശികൾ സ്വയമേവ പ്രവൎത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നവയാണ്.

മാംസപേശികളുടെ വിശേഷഗുണം അവയുടെ 'ചുരുങ്ങൽ' അല്ലെങ്കിൽ സംകോചമാണ്. അവ ച

രുങ്ങുമ്പോൾ അവയവങ്ങൾക്കു ചലനമുണ്ടാകുന്നു. എല്ലുകളോടു സംഘടിതമായ മാംസപേശികൾ ചുരുങ്ങുമ്പോൾ എല്ലുകൾക്കു വലിവുതട്ടി അവ സന്ധികളിൽ ചലനമുണ്ടാകുന്നു. കൈകാലുകളുടെ പ്രവൃത്തികൾ മാംസപേശികൾ സംകോചിക്കുന്നതുകൊണ്ടുണ്ടാകുന്നവയാണ്.

മാംസപേശികളുടെ പ്രാപ്തിക്കപ്പുറമായ ജോലികൾ നിവ്വഹിക്കപ്പെടുമ്പോൾ അവയ്ക്കു പരുക്കുതട്ടാറുണ്ടു്. കഠിനമായി ആയാസം എടുക്കുകയൊ ഭാരമുള്ളസാധനങ്ങൾ പൊക്കുകയൊ അവിചാരിതമായി കൈവീശുകയൊ ചെയ്യുമ്പോൾ മാംസപേശികളൊ അവയെ എല്ലിനോടു് സംഘടിപ്പിച്ച അസ്ഥിബന്ധങ്ങളൊ ക്രമാതീതമായി വലിഞ്ഞു് എല്ലുകൾ കുഴയിൽനിന്നു തെറ്റുകയൊ മാംസപേശികളുടെ ചെറുനാരുകൾ കീറുകയോ ചെയ്യാറുണ്ടു്. അതിവേഗത്തിൽ ഓടുമ്പോൾ കാലിന്റെ മാംസപേശികൾ തടിച്ചുരുണ്ടു് കയറുന്നതുമാണ്. ഈ സന്ദർഭങ്ങളിൽ പരുക്കേററ ആൾക്കു വിശ്രമം അത്യാവശ്യമാകുന്നു. പരുക്കുതട്ടിയ ഭാഗം തണുപ്പിക്കയും വേണം.

മാംസപേശികളെ കൊഴുപ്പുകൊണ്ടു് പൊതിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഭക്ഷണപദാത്ഥങ്ങളിലെ ചില പോഷകാംശങ്ങളും ശരീരത്തിനാവശ്യമുള്ള ചൂടും, മേദസ്സിലാണ് സംഭരിച്ചിരിക്കുന്നതു്. കൊഴുത്തുരുണ്ട ശരീരം ഉണ്ടാകുന്നതു മേദസ്സിന്റെ ഏറെക്കുറവനുസരിച്ചിരിക്കും.

മേദസ്സിന്റെ പുറമെ ചർമ്മംകൊണ്ടു് ആവരണം ചെയ്തിരിക്കുന്നു. ശരീരത്തിലുണ്ടാകുന്ന ചില അശുദ്ധപദാർത്ഥങ്ങൾ തൊക്കിൽക്കൂടി വിയർപ്പുരൂപേണ പുറത്തേക്കു പോകുന്നുണ്ടു്. തൊലിയിൽ പരുക്കുകളുണ്ടായാൽ വിഷബീജങ്ങൾ ശരീരത്തിന്നുള്ളിലേക്കു പ്രവേശിക്കുന്നതിന്നിടയാവും. അതുകൊണ്ടു് പരുക്കുകൾ എത്ര ചെറുതായിരുന്നാലും ഉടനടി ശമനശുശ്രൂഷകൾ ചെയ്യേണ്ടതാകുന്നു.

അദ്ധ്യായം 7

<u>രക്തപ്രസവവ്യൂഹം :</u>

ശരീരത്തിൽ രക്തസഞ്ചാരത്തിന്നായി സഹായിക്കുന്ന പ്രത്യേക ഇന്ദ്രിയങ്ങളുണ്ടു്; ഹൃദയം, ഹൃദയത്തിൽനിന്നു രക്തത്തെ പുറത്തേക്കുകൊണ്ടുവരുന്ന ധമനികൾ, (ലോഹിനികൾ) ഹൃദയത്തിലേക്കു രക്തം എത്തിക്കുന്ന സിരകൾ, (നീലിനികൾ) ലോഹിനികളേയും നീലിനികളേയും യോജിപ്പിക്കുന്ന ചെറുരക്തക്കുഴലുകൾ. ചെറുകുഴലുകളിൽ ചിലതിനെ ഭൂതക്കണ്ണാടിയുടെ സഹായംകൊണ്ടു മാത്രമേ കാണുവാൻ സാധിക്കയുള്ളു.

ഹൃദയം മാംസപേശി നിർമ്മിതമായ ഒരു സഞ്ചിയാകുന്നു. അതിന്നുള്ളിൽ മേൽഭാഗത്തും കീഴ്ഭാഗത്തും ഈരണ്ടറകൾ ഉണ്ടു്. മേലറകൾക്കു് അവയ്ക്കു നേരെ താഴെയുള്ള അറകളോടു മാത്രമെ ബന്ധമുള്ളു.

(ചിത്രം നോക്കുക) മേലറകളിൽനിന്നു കീഴറകളിലേക്കുള്ള ദ്വാരങ്ങൾക്കു മാംസപേശിനിർമ്മിതമായ വാതിലുകൾ ഉണ്ടു്. മേലറകൾ സംകോചിക്കുമ്പോൾ വാതിലുകൾ തുറന്നു രക്തം കീഴറയിലേക്കെത്തുന്നു. കീഴറകൾ സംകോചിക്കുമ്പോൾ ഈ വാതിലുകൾ അടയുന്നതുകൊണ്ടു രക്തം മേലറകളിലേക്കു പ്രവേശിക്കുന്നതുമല്ല. ഹൃദയത്തിൻെറ വലത്തുവശത്തു മൂന്നും ഇടത്തുവശത്തു രണ്ടും വാതിലുകളാണു് ഉള്ളതു്. വലത്തെ മേലറകൾക്കു സംകോചമുണ്ടാകുമ്പോൾ അതിന്നകത്തുള്ള അംഗാരാമ്ലവായു കലൎന്ന രക്തം താഴെയുള്ള അറയിലേക്കു പ്രവേശിച്ചു് അതു ചുരുങ്ങുമ്പോൾ ധമനിയിൽക്കൂടി ശ്വാസകോശത്തിലേക്കെത്തുന്നു. അവിടെനിന്നു അംഗാരാമ്ലവായു ശ്വാസംവിടുമ്പോൾ പുറത്തേക്കുപോകുന്നു. ശ്വാസം ഉൾക്കൊള്ളുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന പ്രാണവായുകലൎന്ന ശുദ്ധരക്തം സിരകളിൽക്കൂടി ഹൃദയത്തിൻെറ ഇടത്തുഭാഗത്തുള്ള മേലറയിലേക്കു എത്തുന്നു. അവിടെനിന്നു രക്തം കീഴറയിലേക്കിറങ്ങി ധമനിയും അതിൻെറ നിരവധി ശാഖാപശാഖകളും വഴിയായി ശരീരത്തിൽ പ്രസരിക്കുന്നു. ചെറുകുഴലുകളിൽക്കൂടി പ്രാണസന്ധാരണത്തിന്നാവശ്യമായ പ്രാണവായുചേൎന്ന രക്തം ഏററവും ചെറിയ ഇന്ദ്രിയത്തിലെ ജീവാണുക്കളിലേക്കു(Cells) എത്തുന്ന സമയത്തുതന്നെ അതിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന അംഗാരാമ്ലവായു രക്തത്തിൽ പ്രവേശിക്കുമ്പോൾ രക്തം കറുത്തുവെളുപ്പുവൎണ്ണമായിത്തീരുന്നു. ചെറുകുഴലുകൾ കൂടിചേൎന്നുണ്ടായ സി

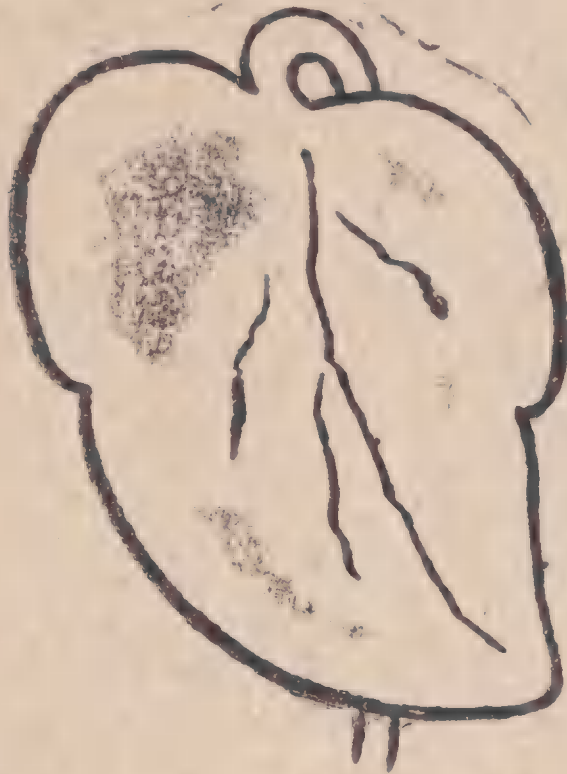
രകൾ ഈ അശുദ്ധരക്തത്തെ ഹൃദയത്തിന്റെ വല ത്തെ മേലറയിലേക്കെത്തിക്കുന്നു. ഈ പ്രവൃത്തി സദാ ആവൎത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിന്നാണു രക്തപ്രസാരം എന്നുപറയുന്നതു്.

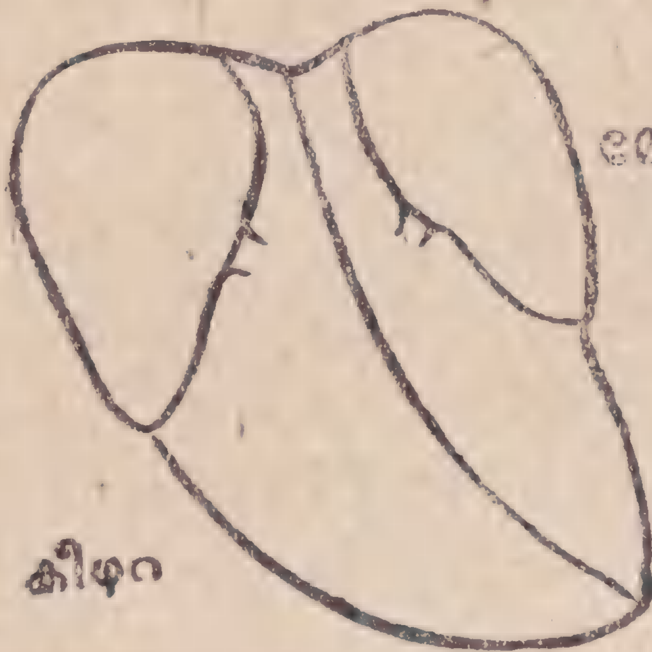
ഹൃദയത്തിന്റെ മേലറകൾ ഒന്നിച്ചും കീഴറകൾ ഒന്നിച്ചുമാണു് സംകോചിക്കുന്നതു്. ഹൃദയസംകോച ത്തിന്റെ ഫലമായിട്ടാണു് ഹൃദയസ്പന്ദനമുണ്ടാകുന്ന തു്. മാറിടത്തിന്റെ ഇടത്തുവശത്തു മുലയുടേയും മാറെ ല്ലിന്റെയും മദ്ധ്യത്തിൽ ഹൃദയസ്പന്ദനം സ്പൎശിക്കുവാൻ കഴിയും. പ്രായപൂൎത്തിവന്ന ഒരാളുടെ ഹൃദയത്തിന്നു ഒരു മിനിററിൽ ഏകദേശം 72 പ്രാവശ്യം സ്പന്ദനമു ണ്ടാകുന്നതാണു്; ശരീരത്തിന്റെ സുഖസ്ഥിതിയനു സരിച്ചും പ്രവൃത്തികാഠിന്യത്തെ ആശ്രയിച്ചും വികാ രഭേദങ്ങൾ മൂലവും സ്പന്ദനവേഗത വ്യത്യസ്തപ്പെട്ടിരി ക്കുന്നതാണു്. ചെറുകുട്ടികളുടെ ഹൃദയത്തിന്നു മിനി ററിൽ ഏകദേശം നൂറു് പ്രാവശ്യം സ്പന്ദനമുണ്ടാകു ന്നുണ്ടു്.

രക്തക്കുഴലുകൾ സദാനിറഞ്ഞാണിരിക്കുന്നതു്. അതുകൊണ്ടു ഹൃദയസംകോചം മൂലം പുറത്തേക്കുവരു ന്ന രക്തം കുഴലുകളിൽ പ്രവേശിക്കണമെങ്കിൽ അവ കക വികാസംവരേണ്ടതാകുന്നു. ഇങ്ങനെയുണ്ടാകുന്ന വിസ്തരണവീചി ലോഹിനികളിൽ കൂടി പ്രസരിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കും. എല്ലുകളുടെ മീതെ അധികം മാംസമി ല്ലാത്ത സ്ഥാനങ്ങളിൽക്കൂടി തൊലിയോടുചേൎന്നുപോകു

ന്ന ഭാഗത്തു പ്രസരണവീചി പ്രത്യക്ഷമാണ്. ഇങ്ങനെയുള്ള പ്രസരണവീചികൾ ശരീരത്തിൽ അവിടവിടെ സ്പഷ്ടമായിരിക്കും. ആവകസ്ഥാനങ്ങളിൽ അമൎത്തിയാൽ അതിന്റെ കീഴോട്ടു ചോരയോട്ടം ഉണ്ടാകുന്നതല്ല. ഡോക്ടർമാർ ഹൃദയസ്പന്ദനം കണക്കാക്കുവാൻ മണിബന്ധത്തിലുള്ള പ്രസരണവീചിയാണ് സ്പൎശിക്കാറുള്ളതു്. നീലിനികളിൽ പ്രസരണവീചി പ്രത്യക്ഷമല്ല.

രക്തം ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ വ്യാവൎത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടു അതിലെ പ്രധാന മലിനാംശമായ അംഗാരാമ്ലമെന്ന വിഷവായുവിനെ ഇല്ലാതാക്കുകയും പ്രാണവായുവിനെ സമ്പാദിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ലോഹിനികളിൽക്കൂടി ദേഹത്തിൻെറ മററു ഭാഗങ്ങളിൽക്കൂടി സഞ്ചരിക്കുന്ന രക്തം പോഷകസാധനങ്ങളെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളിലേക്കെത്തിക്കുകയും ദേഹത്തിൻെറ നാനാവശങ്ങളിൽനിന്നും വിഷവായുവിനേയും മററു മലിനവസ്തുക്കളേയും ശേഖരിച്ചു ശുചീകരണേന്ദ്രിയങ്ങളിലേക്കയക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. രക്തത്തിൽ എവിടെയെങ്കിലും വിഷമോ രോഗബീജങ്ങളോ കടന്നുകൂടിയാൽ അവ അതിവേഗത്തിൽ രക്തപ്രസരണം വഴിയായി ഒട്ടാകെ വ്യാപിക്കുന്നതാണ്. അതുകൊണ്ടു പ്രഥമചികിത്സക്കാർ രക്തംവഴി അന്യ വസ്തുക്കൾ ശരീരത്തിൽ പ്രവേശിക്കാതിരിപ്പാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാകുന്നു. രക്തത്തിന്നു ചില പ്രത്യേകഗുണങ്ങളുണ്ടു്. ദേഹത്തിൽനിന്നു പുറത്തുകടന്നാൽ അതു കട്ടയാകുന്നു. ഈ ഗുണ





ഹൃദയം

മുള്ളുകൊണ്ടു മുറിവുകളിൽനിന്നു വരുന്ന രക്തം കട്ടയാകയും രക്തസ്രാവം താനെ നില്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. പക്ഷെ വലിയ മുറിവുകളുണ്ടായി രക്തം ധാരാളമായി ഒഴുകുന്നുണ്ടെങ്കിൽ മുറിവായിൽ രക്തം കട്ടയായിക്കാണാവാൻ പ്രയാസമാണ്.

രക്തത്തിൽ പൊങ്ങിക്കിടക്കുന്ന രണ്ടുതരം രക്തകണങ്ങൾ ഉണ്ട്. ഇവയിൽ ചിലതു ചുവന്നതും ചിലതു വെളുത്തതുമാകുന്നു. ശോണകണങ്ങൾ പ്രാണവായുവിനെ വലിച്ചെടുക്കുന്നു. ശ്വേതകണങ്ങൾ ദേഹത്തിനുള്ളിൽ കടന്നുകൂടുന്ന രോഗബീജങ്ങളെ നശിപ്പിച്ചുകളയുന്നവയാണ്. ചിലപ്പോൾ ശ്വേതകണങ്ങൾ രോഗബീജങ്ങളോട് സമരം നടത്തിയതിന്റെശേഷം പരാജയപ്പെടുന്നതായാൽ അവ മൃതിയടഞ്ഞ ഫലമായിത്തീരുന്നു. കുരുവിന്റെയോ മററു വ്രണങ്ങളുടേയോ ഉള്ളിൽ കാണുന്ന ചലം ഇങ്ങിനെയുണ്ടാകുന്നവയാണ്.

രക്തത്തിൽ ഇന്ദ്രിയധാതുനിർമ്മാണത്തിന്നാവശ്യമായ ആഹാരസാധനങ്ങളുണ്ട്. കേടുവന്ന ധാതുക്കളുടെ കേടുപോക്കുന്നതിന്നും അവ ആവശ്യമാണ്.

ശരീരത്തിലെ ശീതോഷ്ണസ്ഥിതിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന്നും രക്തം ആവശ്യമാകുന്നു.

അദ്ധ്യായം 8

രക്തസ്രാവവും ശമനോപായങ്ങളും

രക്തക്കുഴലുകൾക്കു മുറിവു തട്ടുമ്പോൾ അവയിൽനിന്നു രക്തം പുറത്തേക്കു ഗമിക്കുന്നു മുറിവുകൾ ചെ

റിയാണെങ്കിൽ അവയിൽനിന്നു വരുന്ന രക്തം ഉടനെ കട്ടയാവുകയും ചോരയൊഴുക്കു താനേ നില്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടു്. പരുക്ക് വലുതായാൽ അങ്ങിനെ സംഭവിക്കുന്നതല്ല. അതുകൊണ്ടു രക്തസ്രാവത്തെ തടയേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണു്. ലോഹിനികളിൽനിന്നു വരുന്ന രക്തം നാഡിക്കനുസരിച്ചു് 'ചാടി'ക്കൊണ്ടിരിക്കും. നിറം കടും ചുവപ്പാണു്. നീലിനികളിൽ നിന്നു വരുന്ന രക്തം 'ഒഴുകി'വരുന്നതാണു്. അതിൻെറ വർണ്ണം കരിംചുവപ്പാണു്. പെരുകുഴലുകളിൽ നിന്നു രക്തം കിനിഞ്ഞു് വരികയാണു് ചെയ്യുന്നതു്. രക്തവർണ്ണം രണ്ടുവിധത്തിലും കാണാം.

ശമനോപായങ്ങൾ:

1. മുറിവു് തട്ടിയിരിക്കുന്ന ഭാഗത്തു് തണുത്ത വെള്ളംകൊണ്ടോ ചൂടുവെള്ളംകൊണ്ടോ ധാരയിടുക.

2. മുറിവു് തട്ടിയിരിക്കുന്ന ഭാഗം ഹൃദയനിരപ്പിൽനിന്നു പൊക്കിവെക്കുക.

3. രോഗിക്കു സുഖം തോന്നുന്ന വിധത്തിൽ കിടത്തുക.

4. മുറിവിന്മേൽ പഞ്ഞിയോ ശീലക്കഷണമോ വെച്ചു അമർത്തിപ്പിടിക്കുക.

നീലിനികൾക്കു പരുക്കു പററിയുണ്ടാകുന്ന ചോരയൊഴുക്കിനെക്കാൾ വേഗത്തിലും ശക്തിയിലുമാണു്

ലോഹിനികളിൽനിന്നുള്ള രക്തസ്രാവം. അതിനെ നിറുത്തുന്നതിനുവേണ്ടി പരുക്കുകളിൽതന്നെ അമർത്തിയാൽ രക്തസ്രാവം നിറുത്താം. അല്ലെങ്കിൽ മുറിവിന്റെ വായിൽ പഞ്ഞിവെച്ച ശീലക്കഷണംകൊണ്ടു അമർത്തിക്കെട്ടേണ്ടിവരും.

ഇങ്ങിനെ ചെയ്തിട്ടും ഒഴുക്ക് നില്ക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ മുറിവിൽനിന്നു മേലോട്ടുള്ള മുഖ്യലോഹിനികളുടെ പ്രസരണവീചി പ്രത്യക്ഷമാകുന്ന സ്ഥലത്ത് അമർത്തിപിടിക്കണം. ദൃഷ്ടാന്തമായി മണിബന്ധത്തിനു താഴെ പരുക്കേററ ചോരവരുന്നുണ്ടെങ്കിൽ മണിബന്ധത്തിലുള്ള നാടി അമർത്തിപ്പിടിക്കുന്നതുകൊണ്ട് രക്തസ്രാവം നിർത്താവുന്നതാകുന്നു: ശരീരത്തിൽ അവിടവിടെ ഇത്തരം നാഡികളെ കാണും.

ഒരു പ്രഥമ ശുശ്രൂഷകൻ അവയുടെ കൃത്യസ്ഥാനം കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ സമർത്ഥനായിരിക്കേണ്ടതാകുന്നു.

ചിത്രത്തിൽനിന്ന് അവയുടെ സ്ഥാനങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കാവുന്നതാണ്.

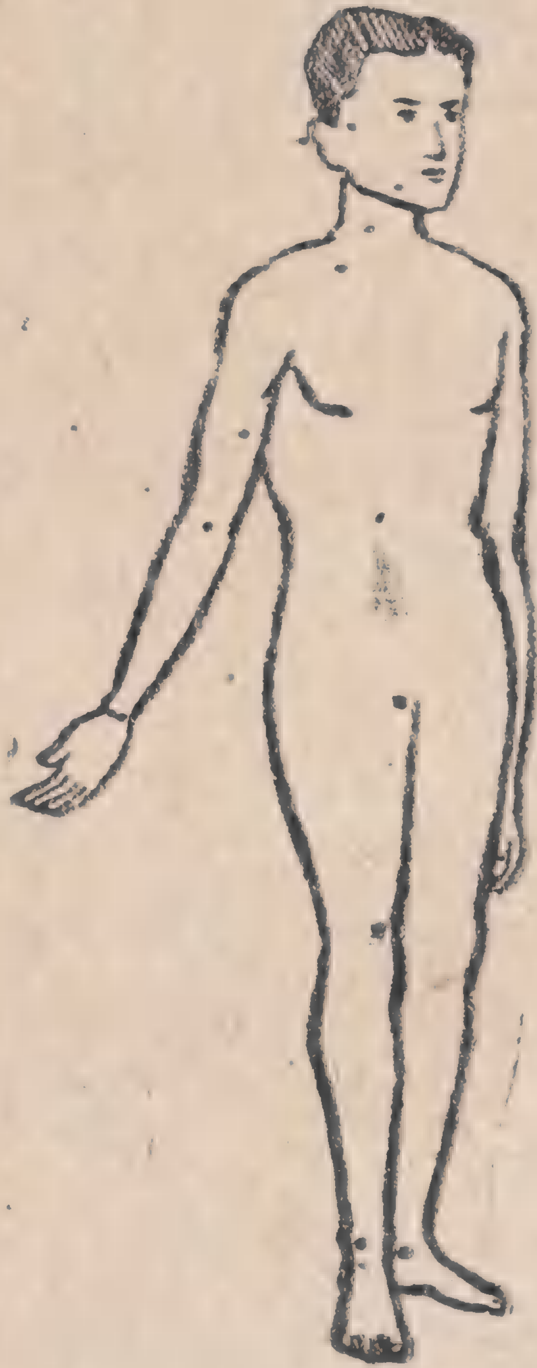
നാഡികൾ ചെറുവിരൽകൊണ്ടു ദീർഘനേരം അമർത്തിപ്പിടിക്കുന്നതു സാധിക്കാതെവന്നാൽ 'രക്തരോധകശാസ്ത്രം' ഉപയോഗിച്ച അമർച്ചകൊടുക്കാം. ചെറിയ ഒരു ഉരുണ്ട കല്ല് എടുത്തു ശീലക്കഷണത്തിൽ പൊതിഞ്ഞ് നാഡിയിൽ വെക്കുക. ഒരു വീതികുറഞ്ഞ ബാൻഡെയ്ജ് എടുത്തു കല്ലിനുമീതെ അമർത്തി

ക്കെട്ടി, കെട്ടിന്നുള്ളിൽ പെൻസിലോ ചെറിയ കഴി യൊ ഇട്ടു് പിരിച്ചു് കെട്ടുമുറുക്കുക. ഇങ്ങിനെ ഉണ്ടാക്കുന്നതിന്നാണ് 'രക്തരോധകശസ്ത്രം' എന്നു വിവക്ഷിക്കുന്നതു്. രോധകശസ്ത്രം ദീർഘനേരം കെട്ടിനിൽക്കുന്നതായാൽ സിരകൾക്കും മജ്ജാതന്തുക്കൾക്കും ഹാനിതട്ടുവാൻ ഇടയുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു് അതിനെ ഇടയ്ക്കിടെ അഴച്ചുവിടേണ്ടതാകുന്നു. മേല്പറഞ്ഞ ഏതെങ്കിലും പ്രവൃത്തികൊണ്ടു രക്തസ്രാവം നിന്നുകഴിഞ്ഞാൽ മുറിവിന്നുള്ള ഉപശാന്തികൾ ചെയ്യണം.

ശരീരത്തിന്നുള്ളിലുള്ള രക്തസ്രാവം

1. ദേഹത്തിൽ ഇടിയൊ മറ്റനമൊ തട്ടിയാൽ ആ ഭാഗം 'കക്കിയ' നിറത്തിൽ കാണാം. ഉള്ളിലുള്ള ചെറുരക്തക്കുഴലുകൾക്കു കേടു പററുന്നതുകൊണ്ടാണ് ഇങ്ങിനെ വർണ്ണവ്യത്യാസം തൊലിയിൽ കാണുന്നതു്. തണുത്ത വെള്ളത്തിൽ തുണിമുക്കി കേടുതട്ടിയ ഭാഗത്തുവെച്ചു് കെട്ടി കൂടെക്കൂടെ നനച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ ശമനം ലഭിക്കുന്നതാണ്.

2. സുഖക്കേടുകൾ നിമിത്തവും ഗുരുതരമായ മർദ്ദനം മൂലവും ശരീരാന്തർഭാഗങ്ങളിലെ രക്തക്കുഴലുകൾക്കു പരുക്കു പററി ശ്വാസകോശങ്ങളിലേക്കോ ആമാശയത്തിലേക്കോ മസ്തിഷ്കത്തിലേക്കോ രക്തസ്രാവമുണ്ടാകുന്നുണ്ടു്. അങ്ങിനെ വരുന്നതു ആപൽക്കരമാണ്. അശ്രദ്ധകൊണ്ടു് ജീവാപായംതന്നെ വന്നേക്കും. ശരീരത്തിന്നുള്ളിൽ ഏതു ഭാഗത്താണ് രക്തസ്രാ



രക്തനാഡികൾ

വുമുള്ളതെന്നു ബാഹ്യലക്ഷണങ്ങൾകൊണ്ടറിയാവുന്നതാകുന്നു

1 മുഖവും ചുണ്ടുകളും വിളറിവരിക.

2 തലചുററലും മോഹാലസ്യവും ഉണ്ടാകുന്നതോടൊപ്പം ശക്തി ക്ഷയിച്ചുവരും.

3 ദ്രുതഗതിയിൽ ശ്വസിക്കുന്നതും കോട്ടുവായിടുന്നതും കിതയ്ക്കുന്നതും സാമാന്യലക്ഷണങ്ങളാണു്.

4 നാഡികൾക്കു ബലക്ഷയം വരികമാത്രമല്ല മണിബന്ധത്തിലെ നാഡി അപ്രത്യക്ഷമായെന്നുംവരും.

5 രോഗി വായുലഭിക്കുന്നതിന്നുവേണ്ടി സാഹസപ്പെടുന്നതു കാണാം.

6 രോഗി ബോധരഹിതനായിത്തീരുന്നു.

രോഗിയെ ശുശ്രൂഷിക്കേണ്ടുന്നവിധം:

1 ഒന്നാമതായി വിദഗ്ദ്ധവൈദ്യസഹായം തേടുക.

2 ദേഹത്തിൽ വസ്ത്രങ്ങൾ മുറുകിയിരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അഴച്ചിടണം.

3 ധാരാളം ശുദ്ധവായു ലഭിക്കുവാനുള്ള സൌകര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കണം: രോഗിയുടെ ചുററം കാണികൾ കൂട്ടമായിനില്ക്കുവാൻ അനുവദിക്കരുതു്.

4 രോഗിക്ക മാനസികമായും ശാരീരികമായും ആശ്വാസം കിട്ടിയാൽ ചോരയൊഴുക്ക കുറയുന്നതാണ്.

5 ലഹരിസാധനങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ കൊടുക്കരുത്.

6 സുഖക്കേടുള്ള ഭാഗത്തു ഐസ് സഞ്ചിവെക്കുക. ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ നിന്നാണെങ്കിൽ ഹൃദയത്തിൻെറ സ്ഥാനം വിട്ടു മാറത്തും, ആമാശയത്തിൽനിന്നാണെങ്കിൽ വയററിന്നു മുകളിലും, മസ്തിഷ്കത്തിൽ നിന്നാണെങ്കിൽ ശിരസ്സിലും ഐസ്സ് സഞ്ചി വെക്കുക. തല കുറച്ചു പൊക്കി വെക്കയും വേണം.

7 ഐസൊ തണുത്ത വെള്ളമൊ കുടിക്കാൻ കൊടുക്കാം. പക്ഷെ ആമാശയത്തിലാണ് രക്തസ്രാവം പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടതെങ്കിൽ വായിൽക്കൂടി ഒന്നും കൊടുക്കരുത്.

8 രൂക്ഷതയില്ലാത്ത ആഘ്രാണക്ഷാരം മൂക്കിൽ കാട്ടുന്നതു നല്ലതാണ്.

ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ രക്തസ്രാവമുണ്ടാകുന്നതു സുഖക്കേടുകൾമൂലമാണ്; വാരിയെല്ലിനു ഒടിച്ചൽതട്ടി ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ കുത്തിക്കയറിയാലും ചോരയൊഴുക്കുണ്ടാകുന്നതാണ്. പതയുള്ളതും കടുംചുവപ്പുള്ളതുമായ രക്തം ചുമച്ചുതുപ്പുന്നതാണു പ്രത്യേകലക്ഷണം.

ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ കലൎന്നതും കരിംചുവപ്പുവൎണ്ണമുള്ളതുമായ രക്തം ഛൎദ്ദിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ആമാശയ

ത്തിലാണ് രക്തസ്രാവമെന്നനുമാനിക്കാം. ഇങ്ങിനെയുള്ള രോഗികൾ ഭക്ഷിപ്പാൻ ഒന്നും കൊടുക്കരുത്. ഛർദ്ദിച്ച രക്തം ഡോക്ടരെ കാണിക്കയും വേണം. മസ്തിഷ്ക്കത്തിലാണെങ്കിൽ രോഗിക്ക തൻേറടം ഉണ്ടാകുന്നതല്ല. ശ്വാസം ദീർഘമായിരിക്കും. ചിലപ്പോൾ ചെവിയിലോ വായിലോ മൂക്കിലോ ചോരകാണും.

മൂക്കിൽനിന്നുള്ള ചോരയൊഴുക്ക്:

മൂക്കിൽക്കൂടി രക്തം ഒഴുകുന്നുണ്ടെങ്കിൽ രോഗിയുടെ തല സ്വല്പം പിന്നോക്കം ചായിച്ച കൈകൾ രണ്ടും പൊക്കിപ്പിടിച്ച് ശാന്തമായിരുത്തി വെള്ളത്തിൽ മുക്കിയ തുണി പിൻകഴുത്തിലും മൂക്കിൻെറ മേൽഭാഗത്തും വെച്ച് തണുപ്പിക്കുക. രക്തസ്രാവം നിന്നാൽ രോഗി കുറേനേരം അനങ്ങാതെയും മൂക്കിൽക്കൂടി തുമ്മാതെയും ഇരിക്കണം. പ്രഥമശുശ്രൂഷകൊണ്ടു ചോരയൊഴുകുന്നതു നിന്നില്ലെങ്കിൽ ഡോക്ടരെ അഭയം പ്രാപിക്കണം.

ചെവിയിൽനിന്നു ചോരവരുന്നതു തലയോടിനു ഭംഗം തട്ടുമ്പോഴാണ്. രക്തംവരുന്നതു തുടച്ചുകളയുകയല്ലാതെ ചെവി ഒരിക്കലും അടച്ചുവെക്കരുത്.

പല്ലുപറിച്ചകുഴിയിൽനിന്നു രക്തസ്രാവം നില്ക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഐസ്സ് വായിൽ ഇടുകയോ വായിൽ തണുത്തവെള്ളം പിടിയ്ക്കുകയോ ചെയ്യാം. എന്നിട്ടും ശമനം ലഭിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ രക്തംവരുന്ന കുഴിയിൽ

പഞ്ഞിതിരുകി രോഗിയോട് അമർത്തിക്കടിക്കുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക.

അദ്ധ്യായം 9

മുറിവുകളും ശമനോപായങ്ങളും:

ശരീരത്തെ ആച്ഛാദനം ചെയ്തിരിക്കുന്ന ചർമ്മത്തിനോ അതിനടിയിലുള്ള ഇന്ദ്രിയധാതുക്കൾക്കോ കേടുപററി രക്തം ഒഴുകുമ്പോൾ മുറിവുകൾ ഉണ്ടാകുന്നു. ആ പഴുതിൽക്കൂടി പുറമേനിന്നു വിഷബീജങ്ങളും രോഗാണുക്കളും പ്രവേശിക്കാനിടയുണ്ട്. ശരീരത്തിന്റെ ബദ്ധവൈരികളായ ഇവയെ അതിശക്തിയുള്ള ഭൂതക്കണ്ണാടിയുടെ സഹായംകൊണ്ടു മാത്രമേ കാണുവാൻ സാധിക്കയുള്ളു. ഇവ ശരീരത്തിൽ പ്രവേശിച്ചാൽ ശ്വേതരക്തകണങ്ങളാൽ നശിപ്പിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ലെങ്കിൽ അവ വളർന്ന് മുറിവുകൾ പഴുക്കുകയും വിഷസാധനങ്ങൾ രക്തത്തിൽ കലർന്ന് ക്ഷതസന്നി പിടിപെടുന്നതിന്നിടയാകുകയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ടു മുറിവുകൾ എത്ര ചെറുതായാലും വിഷവാഹിനികളാകാതിരിപ്പാൻ മുൻകരുതലുകളാവശ്യമാണ്.

'പൊട്ടാസിയം പെർമാംഗനേററ്' കലക്കിയ വെള്ളം 'ബോറിക്ക്' പൊടി, 'അയോഡിൻ' ദ്രാവകം. 'കാർബോളിക്ക് ആസിഡ്', ഡെറേറാൾ മുതലായവ വിഷബീജങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്നതിനു പററിയ മരുന്നുകളാണ്.

മുറിവുകളെ ചികിത്സിക്കേണ്ടുന്നവിധം:

1 ചോര ഒലിക്കുന്നതു നിൎത്തുക.

2 അഴുക്കുള്ള കൈകൊണ്ടു തൊടുകയോ അശുദ്ധ ജലംകൊണ്ടു് കഴുകുകയോ വൃത്തിഹീനമായ തുണികൊണ്ടു തുടയ്ക്കുകയോ കെട്ടുകയൊ ചെയ്യരുതു്.

3 വിഷസാധനങ്ങൾ മുറിവിൽ പ്രവേശിക്കാതിരിപ്പാൻ സൂക്ഷിക്കണം. ചളി, മണ്ണു്, മണലു്, ചാണകം മുതലായവ മുറിവിന്നകത്തു പററീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വിഷക്കൃമിനാശിനികളായ മരുന്നൊഴിച്ച വെള്ളം കൊണ്ടു മുറിവിൻെറ പരിസരങ്ങളെല്ലാം കഴുകിയതിൻെറ ശേഷം മുറിവിൻെറ മുഖവും വൃത്തിയാക്കണം; മുള്ളോ കുപ്പിച്ചില്ലോ തറച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അവ പറിച്ചുകളയുന്നതിന്നു ഡോക്ടരെ കാണിക്കയാണു നല്ലതു്. മുറിവിൻെറ മുഖത്തു രക്തം കട്ടയായിരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കഴുകിക്കളയാതെയിരിക്കുകയാണ് നല്ലതു്. പക്ഷെ അതിന്നകത്തു അശുദ്ധസാധനങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ കട്ടയായ രക്തം കഴുകിക്കളയേണ്ടതായിവരും.

4 മുറിവു വൃത്തിയാക്കിയതിൻെറശേഷം 'അയോഡിൻ' ദ്രാവകമോ തുല്യമായ മററു ദ്രാവകങ്ങളോ പുരട്ടി പഞ്ഞിവെച്ചു ശീലക്കഷണംകൊണ്ടു കെട്ടുകയും പരുക്കേററഭാഗത്തിന്നു അനക്കം തട്ടാതെ വെക്കുകയും വേണം.

5 പരുക്കിൻെറ ഫലമായി നെട്ടക്കംതട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്നുള്ള ചികിത്സയും നടത്തണം.

6 പുറത്തെ തൊലി മുറിഞ്ഞു അകത്തേക്കു മുറിവുതട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ മുറിവ് വെള്ളംകൊണ്ടു കഴുകരുത്. മുറിവിൽ മാറമ്പല്ല്, ചാണം, ചാരം മുതലായതു വെച്ചുകെട്ടുന്നതു ആപൽക്കരമായ ഭവിഷ്യത്തുകൾക്കു കാരണമായിത്തീരുന്നു.

ശരീരത്തിൽ സൂചിതറച്ചാൽ വലിച്ചെടുക്കുവാൻ സാധിക്കാതെവന്നാൽ ഡോക്ടരെ കാണിക്കുകതന്നെ വേണം.

ദേഹത്തിൽ മത്സ്യംപിടിക്കുന്നതിനുപയോഗിക്കുന്ന 'ചൂണ്ട' തറച്ചാൽ അതിനെ പുറകോട്ടുവലിച്ചെടുക്കുന്നതുകൊണ്ടു മാംസത്തിൽ കീറൽ ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. കയറിയവഴി മുമ്പോട്ടു തള്ളിയെടുക്കുകയോ ആ ഭാഗം കീറിയെടുക്കയൊ ചെയ്തു മുറിവു കെട്ടണം.

ക്ഷതങ്ങൾ: മൂർച്ചയില്ലാത്ത ആയുധങ്ങൾകൊണ്ടൊ വീഴ്ചമൂലമോ മർദ്ദനം നിമിത്തമോ ദേഹത്തിൽ പരുക്കുതട്ടാനിടയുണ്ട്. രക്തം പുറത്തേക്കു വരുന്നില്ലെങ്കിലും പരുക്കുതട്ടിയ ഭാഗത്തുള്ള സൂക്ഷ്മരക്തക്കുഴലുകൾക്കു കേടുപററിയിരിക്കുന്നതു മൂലം രക്തം കക്കിയിരിക്കും. വേദനയും വീക്കവും അനുഭവപ്പെടും. ആ ഭാഗത്തെ കുറച്ചൊന്നു ഉയർത്തിവെച്ചു തണുപ്പിക്കുന്നതു മാത്രമേ പ്രഥമശുശ്രൂഷയുള്ളു.

അദ്ധ്യായം 10

തീപ്പൊള്ളൽ:

നനവില്ലാത്ത ചൂടിനാൽ, അതായതു തീ, ചുട്ടുപഴുത്ത ഇരിമ്പ് മുതലായവയാൽ ശരീരം പൊള്ളുന്നതി

ന്നിടയുണ്ട്. നനവോടുകൂടിയ ഉഷ്ണത്താൽ, അതായതു ആവി, തിളച്ച വെള്ളം, എണ്ണ എന്നിവ തട്ടിയതിന്റെ ഫലമായും ദേഹം പൊള്ളും. എങ്ങിനെ പൊള്ളിയാലും ഭവിഷ്യത്ത് ഒന്നുതന്നെയാണ്. പൊള്ളലിന്റെ പരപ്പും ആഴവും അനുസരിച്ചാണ് പരുക്കിന്റെ ഗൌരവമിരിക്കുന്നതു്. പൊള്ളൽ ശക്തിയായിട്ടുള്ളതാണെങ്കിൽ നെടുക്കം തട്ടുന്നതിന്നിടയുണ്ട്; ആഴം കൂടിയ വിധത്തിൽ പൊള്ളിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ പരുക്കു പഴുത്തു ചീഞ്ഞ് വിഷക്കൃമികൾവഴി വ്രണമായിത്തീരുന്നതുമാണ്.

ഉടുപ്പിൽ തീപിടിച്ചാൽ പരിഭ്രമിച്ച് ഓടുന്നതു കൊണ്ടു തീ ആളികത്തുന്നതല്ലാതെ കെടുന്നതല്ല. മനോധൈര്യം കളയാതെ ഉടനെ നിലത്തുകിടന്നുരുളുകയോ വസ്ത്രം വലിച്ചെറിയുകയോ ചെയ്യണം. കട്ടിയുള്ള പുതപ്പുകൊണ്ടോ ചാക്കുകൊണ്ടോ ചുററി മൂടുന്നതായാലും തീ കെട്ടുപോകും.

അടുപ്പത്തിരിക്കുന്ന എണ്ണപ്പാത്രത്തിൽ തീപിടിച്ചാൽ ചാരം വാരിയിട്ടാൽ തീ കെട്ടുപോകുമെങ്കിലും എണ്ണ നഷ്ടപ്പെടുന്നതാണ്. തീ പിടിച്ചിരിക്കുന്ന പാത്രത്തെ വലിയ പാത്രംകൊണ്ടു മൂടുന്നതാണ് നല്ലതു്. വെള്ളമൊഴിക്കുന്നതു അബദ്ധമാണ്.

ദേഹം പൊള്ളിയതിനുള്ള ചികിത്സ:

തീപൊള്ളിയ സ്ഥലത്തു കാററുതട്ടാതെയും തീപ്പുണ്ണുകളിൽ വിഷബീജങ്ങൾ കടന്നുകൂടാതെയും സൂ

ക്ഷിക്കണം. നടുക്കം തട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ പരിഹരിക്കുന്ന തിന്നുള്ള ശ്രമവും ചെയ്യണം.

1. പൊള്ളിയ സ്ഥലത്തു വസ്ത്രം ഒട്ടിപ്പിടിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വലിച്ചെടുക്കയോ കീറുകയോ ചെയ്യാതെ കത്രികകൊണ്ടു് മുറിച്ചെടുക്കേണ്ടതാകുന്നു.

2. പരുക്കിൽ കാററുതട്ടാത്തവണ്ണം പഞ്ഞികൊണ്ടോ നല്ല ശീലക്കഷണങ്ങൾകൊണ്ടോ പൊതിഞ്ഞു കെട്ടണം.

3. 'ഡ്രെസിങ്ങ്' തയ്യാറാക്കുവാൻ താമസം നേരിടുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഇളം ചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ സോഡപ്പൊടി (Baking Soda) ചേർത്തു് ധാരകൊള്ളുന്നതു ആശ്വാസകരമായിരിക്കും.

പൊള്ളിയ ഭാഗത്തെ പൊതിഞ്ഞ പഞ്ഞിയോ ശീലക്കഷണമോ കുറേശ്ശയായി നീക്കി Baking Soda കലക്കിയ വെള്ളത്തിൽ മുക്കിഎടുത്ത തുണികൊണ്ടു മൂടിക്കെട്ടുക.

അതിന്റെശേഷം പഞ്ഞി കനത്തിൽവെച്ചു് തുണികൊണ്ടു കെട്ടുകയും വേണം.

പിക്‌റിക്ക് ആസിഡിൽ മുക്കിയ തുണികൊണ്ടു കെട്ടുന്നതും തീപ്പൊള്ളലിന്നു പററിയ ഔഷധമാണു്.

തീപ്പൊള്ളിയ സ്ഥലത്തു പോളകൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ കുത്തിപ്പൊട്ടിക്കുന്നതു അപായകരമാണു്.

എണ്ണ, വെണ്ണ, അരിമാവു് മുതലായവ പൊള്ളിയ സ്ഥലത്തു പുരട്ടിയാൽ തല്ക്കാലശമനമുണ്ടാവുമെങ്കിലും പിന്നീടു് 'ഡ്രെസ്സിങ്ങ്' ചെയ്യേണമെങ്കിൽ പ്രയാസമായിത്തീരും.

വിദ്യുച്ഛക്തികൊണ്ടോ മിന്നൽ പിണർ കൊണ്ടോ പൊള്ളിയാൽ, നെട്ടക്കം തട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിനുള്ള പ്രതിവിധികൾ ചെയ്തതിൻെറശേഷം, തീപ്പൊള്ളലിന്നു ചെയ്യുന്നതുപോലെയുള്ള ചികിത്സകൾ നടത്തുക.

അലക്തകപ്രവാഹം തട്ടിയിരിക്കുന്ന ആളെ രക്ഷിക്കാനായി ശ്രമിക്കുമ്പോൾ ചില സംഗതികൾ ഓൎത്തിരിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. വിദ്യുച്ഛക്തിപ്രവാഹം ശുശ്രൂഷകൻെറ മേൽതട്ടാതിരിപ്പാനായി കൈകൾ നനവില്ലാത്ത കടലാസ്സുകൊണ്ടോ തുണികൊണ്ടോ അല്ലെങ്കിൽ റബ്ബർ കൈയുറകൾകൊണ്ടോ മൂടിയിരിക്കേണ്ടതാണു്. ഭൂമിയും വിദ്യുച്ഛക്തിയുംതമ്മിൽ ബന്ധം തട്ടാതിരിപ്പാൻ മരക്കഷണത്തിന്മേലോ നിലത്തു തുണി വിരിച്ചു അതിന്മേലോ നില്ക്കുക. അടുത്തുചെന്നു കൈകൾകൊണ്ടു ആളെ മാററുന്നതിന്നു ശ്രമിക്കാതെ വളഞ്ഞ വടികൊണ്ടോ കയറുകൊണ്ടോ വലിച്ചെടുക്കുന്നതായിരിക്കും നല്ലതു്. വിദ്യുച്ഛക്തി തട്ടിയിരിക്കുന്ന ആൾക്കു ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നിന്നുപോകാനും ഹൃദയസ്തംഭനം ഉണ്ടാകുവാനും ഇടയുണ്ടു്. ആ ഘട്ടത്തിൽ ഹൃദയത്തിൻെറ ഭാഗത്തുക്കു ദേഹം നല്ലവണ്ണം തിരു

ത്തി ചൂടാക്കുകയും കൃത്രിമശ്വാസോച്ഛ്വാസക്രിയകറം നടത്തുകയും ചെയ്യേണ്ടതാകുന്നു.

ആസിഡ് തട്ടി ദേഹം പൊള്ളിയാൽ വസ്ത്രം അലക്കുന്നതിനുള്ള സോഡാകാരം വെള്ളത്തിൽ ചേർത്ത് ധാരയിടുകയോ അല്ലെങ്കിൽ ചൂടുള്ളവെള്ളം ധാരയിട്ട് ആസിഡിൻെറ ശക്തി ലഘൂകരിക്കുകയോ ചെയ്യണം.

ആല്ക്കലികൊണ്ടു പൊള്ളിയതാണെങ്കിൽ വിനീഗർ (ചൊറുക്ക) ധാരയിട്ടാൽ മതി.

ചൂടുവെള്ളംമൂലം തൊണ്ട പൊള്ളിയാൽ ഐസ് വായിലിട്ടുകൊടുക്കുകയോ എണ്ണ കുടിക്കാൻ കൊടുക്കുകയോ ചെയ്താൽ ശമനമുണ്ടാവും.

അദ്ധ്യായം 11

കണ്ണ്, ചെവി, മൂക്ക്, തൊണ്ട എന്നിവയിൽ അന്യവസ്തുക്കറം:

കണ്ണിൽ പൊടി, കരി, മണൽ, ചെറിയ പ്രാണികറം മുതലായവ കടന്നാൽ കണ്ണു തിരുമ്മരുത്. താഴെ പോളയിലാണെങ്കിൽ അതു കീഴോട്ടു വലിച്ച് കരട് ഒരു നേരിയ തുണിക്കഷണത്തിൻെറ അററം കൊണ്ടു തുടച്ചുകളയുക. വേദന തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കുറച്ചു ആവണക്കെണ്ണയോ പാലോ ഒഴിക്കുന്നതു നല്ലതാണ്. മേലെപോളയിലാണെങ്കിൽ പോളതുറന്നു

മേൽപ്പറഞ്ഞവിധം ചെയ്യുക. കണ്ണിൽ ചുണ്ണാമ്പാ യാൽ വിനീഗരം വെള്ളവും ചേർത്തു കഴുകുക. അതിനുശേഷം വേദന മാറിയില്ലെങ്കിൽ കണ്ണടച്ച് പഞ്ഞി ഫലനത്തിൽവെച്ച് ബേൻഡെയ്ജു ചെയ്യുക.

ചെറിയകുട്ടികൾ മൂക്കിൽ മഞ്ചാടിക്കുരു, പുളിങ്കുരു മുതലായവ കുത്തിക്കേററിയാൽ മറുവശത്തുള്ള ദ്വാരമടച്ച് അന്യവസ്തു ഇരിക്കുന്ന മൂക്കിൽക്കൂടി തുമ്മിക്കുക. അടഞ്ഞിരിക്കുന്ന സാധനം പുറത്തേയ്ക്കു പോകുന്നതാണ്.

ചെവിയിൽ പയറൊ മഞ്ചാടിക്കുരുവൊ മററൊ കയറിയാൽ വെള്ളമൊഴിക്കരുത്; അപ്പോത്തിക്കരിയുടെ സഹായം തേടേണ്ടതാകുന്നു. ചെറുപ്രാണികൾ ചെവിയ്ക്കുള്ളിൽ പ്രവേശിച്ചാൽ ഇളംചൂടുവെള്ളമോ എണ്ണയോ ഉപ്പുവെള്ളമോ ഒഴിച്ചു തല ആ ഭാഗത്തേക്കു ചരിച്ചുവെച്ചാൽ പ്രാണികൾ വെള്ളത്തിൽക്കൂടി പുറത്തേയ്ക്കുപോകും.

ഭക്ഷണസാധനങ്ങളോ മററോ തൊണ്ടയിൽ കുടുങ്ങിയാൽ തല കീഴോട്ടാക്കിപ്പിടിച്ചു മുതുകിൽ തട്ടിയാൽ സാധനം പുറത്തേക്കു പോകും. ഛർദ്ദിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടു ഗുണമുണ്ടാകും. മത്സ്യത്തിന്റേയോ മററോ എല്ലു തൊണ്ടയിൽ തങ്ങിയിരുന്നാൽ ഒരു ഉരുള ചോറു വിഴുങ്ങിയാൽ അതിനോടൊന്നിച്ചു മുള്ളു ഇറങ്ങിപ്പോകും.

വിഷബാധ:

മനുഷ്യർക്ക് വിഷബാധ പററാവുന്നതു പ്രധാനമായി രണ്ടുവിധത്തിലാണ്. പേപ്പട്ടി, എലി, പാമ്പ്, എട്ടുകാലൻ മുതലായ ജന്തുക്കളുടെ കടിയാൽ ജീവനാശം സംഭവിക്കാവുന്ന അപായങ്ങൾ വരുന്നുണ്ട്. ചില ചെടികളും കായ്കളും വിഷങ്ങളാണ്.

ജന്തുക്കളുടെ കടി എപ്പോഴും വിഷമുള്ളതായിരിക്കണമെന്നില്ല. എങ്കിലും സംശയസ്ഥാനത്തു വിഷമുള്ളതാണെന്നു സങ്കല്പിച്ചു പ്രതിവിധികൾ നടത്തുന്നതു നന്നായിരിക്കും.

പാമ്പുവർഗ്ഗത്തിൽ നീർക്കോലി കടിച്ചാൽ അന്നത്തെ ഊണും ഉറക്കവും ഉപേക്ഷിച്ചാൽ മതി. മററജാതി സർപ്പമായാൽ കടിവായുടെ മുകളിലായി നാഡികളിൽ തുണികൊണ്ടോ ചരടുകൊണ്ടോ വരിഞ്ഞുകെട്ടിയാൽ വിഷം രക്തപ്രസരണവ്യൂഹത്തിലേക്കു കേറാതെയിരിക്കും; കടിവായ് കത്തികൊണ്ടോ മററോ മുറിച്ചു വലുതാക്കി കുറെ ചോര കളയുന്നതും വിഷശക്തിയെ കുറയ്ക്കുന്നതാണ്, കടിവായ് പൊള്ളിക്കുന്നതും ശമനോപായമാണ്. കടിച്ച മുറിവിൽ പൊട്ടാസിയം പെർമാംഗനേററിന്റെ പൊടി എടുത്തു നല്ലവണ്ണം മുക്കിത്തേയ്ക്കുന്നതും വിഷത്തെ ലഘൂകരിക്കുന്നതിനു പററിയ പ്രതിശാന്തിയാണ്. ഇതൊക്കെയും താല്ക്കാലിക ഉപശാന്തികൾ മാത്രം. വിദഗ്ദ്ധവൈദ്യസഹായം അത്യാവശ്യമാണ്. പാമ്പു കടിച്ചാൽ

നാടൻ വിഷവൈദ്യന്മാരുടെ വൈദ്യമായിരിക്കും കൂടുതൽ പ്രയോജനകരമായിത്തീരുന്നതു്.

പേപ്പട്ടിവിഷം:

പേയുള്ള നായ തിന്നുകയോ കുടിക്കുകയോ ചെയ്യുകയില്ല; വെള്ളം കണ്ടാൽ പേടിക്കും; നാവ് തൂക്കിയിട്ടു് ഉമിനീർ ഒലിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു് അലഞ്ഞു നടക്കും; എട്ടുപത്തു ദിവസത്തിന്നുള്ളിൽ അതു ചത്തുപോകയും ചെയ്യും.

കടിവായിൽ പൊള്ളിക്ക മുതലായി പാമ്പുകടിയിൽ ചെയ്യേണ്ടതുപോലെ പ്രതിവിധികൾ ചെയ്യുക. ഇപ്പോൾ പേപ്പട്ടിവിഷത്തിന്നു പററിയ മരുന്നു കുത്തിവെക്കുന്നതിന്നു മിക്ക ആസ്പത്രികളിലും ഏപ്പാടു ചെയ്തിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് വൈദ്യനെ ആശ്രയിക്കുന്നതാണുത്തമം.

എലിവിഷം പററിയ ഉടനെ ചെമ്പുകൊണ്ടുള്ള സാധനം പഴപ്പിച്ചുവെച്ചു പൊള്ളിപ്പിച്ചാൽ മതി.

വണ്ടു്, തേനീച്ച, കടന്തൽ മുതലായവ കുത്തിയാൽ വിഷമുള്ളു് ശരീരത്തിൽ ഇരിക്കുന്നുണ്ടായിരിക്കും. അതു പറിച്ചെടുത്തു് അയോഡിൻ ദ്രാവകം പുരട്ടുന്നതു നന്നു്.

തേൾ കുത്തിയാൽ വിഷമുള്ളു് പൊട്ടിയിരിക്കുന്നതല്ല. പക്ഷേ തീവ്രവേദനയുണ്ടായിരിക്കും. നവ

സാരദ്രവമോ വിനീഗ (കാടി)റൊ കൊണ്ടു കഴുകുന്ന താണ് പ്രതിവിധി. പച്ചപ്പുകയില നീരോ ചുവന്ന ഉള്ളിനീരോ കടിവായിൽ തേക്കുന്നതുകൊണ്ടും ശമന മുണ്ടാകുന്നതാണ്.

കടന്തൽ കുത്തിയാൽ വിഷമുള്ള എട്ടുത്തു കള ഞ്ഞു മുക്കുററി അരച്ച് എണ്ണയിൽ ചാലിച്ചു പുരട്ടാം.

തൊട്ടാരട്ടി തൊട്ടാലോ അതിൻെറ വിഷം അ കത്തു ചെന്നാലോ മുള്ളഞ്ചീര കഷായംവെച്ചു സേവി ക്കുകയും അതുകൊണ്ടു വെളിച്ചെണ്ണകാച്ചി പുരട്ടുകയും വേണം.

ചൊറിയൻപുഴുവിൻെറ വിഷത്തിന്നു പുളി അര ച്ചു തേക്കുന്നതു നല്ലതാണ്.

വെററിലപ്പാമ്പിൻെറ വിഷം തട്ടിയാൽ ചേരി യുടെ ഇല പിഴിഞ്ഞ നീരു സേവിച്ചാൽ മതി.

സാമാന്യമായി ചില്ലറ വിഷങ്ങൾക്കു അയോ ഡിൻ ദ്രാവകം പുരട്ടുന്നതു പരിഹാരമാർഗ്ഗമാകുന്നു.

കറപ്പ്, കഞ്ചാവ്, നവസാരദ്രവം, കോസ്റ്റിക്ക് സോഡ, കോസ്റ്റിക്ക് പൊട്ടാസ് മുതലായവയും വി ഷങ്ങളാണ്.

ഇത്തരം വിഷപദാർത്ഥങ്ങളെ ചുണ്ടും വായും പൊള്ളിക്കുന്നവയും പൊള്ളിക്കാത്തവയും എന്നിങ്ങ നെ രണ്ടായി തിരിക്കാം.

പ്രതിവിധികൾ:

പൊള്ളിക്കാത്ത വിഷം അകത്തു ചെന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ രോഗിയെ ഛർദ്ദിപ്പിക്കുന്നതാണു നല്ലതു്. ചൂടു വെള്ളത്തിൽ ഉപ്പുകലക്കി കൊടുത്താൽ ഛർദ്ദിയുണ്ടാകും. കൈവിരൽ തൊണ്ടയിൽ ഇറക്കിയാലും അതുതന്നെയാണു് അനുഭവം.

പൊള്ളിക്കുന്ന വിഷങ്ങളാണെങ്കിൽ ഛർദ്ദിപ്പിക്കരുതു്. വിഷം ലഘൂകരിച്ചു് ഇല്ലാതാക്കുവാനേ പാടുള്ളു. ആസിഡു് ഉള്ളിൽ ചെന്നാൽ ചോക്കോ, കുമ്മായപ്പൊടിയോ വെള്ളത്തിൽ കലക്കി കൊടുക്കുക. കാർബോളിക്ക് ആസിഡു് വിഷത്തിന്നു പററിയ ചികിത്സ വയറിളക്കുവാനുപയോഗിക്കുന്ന എപ്സം ലവണം പാലിൽ കലക്കിക്കൊടുക്കുന്നതാണു്.

കോസ്റ്റിക്കു് പൊട്ടാഷ്, കോസ്റ്റിക്ക് സോഡ നവസാരദ്രവം (Ammonia) മുതലായ ആൽക്കലിവിഷങ്ങളാണെങ്കിൽ ചെറുനാരങ്ങനീരോ, മധുരനാരങ്ങനീരോ വിനീഗർ സമമോ വെള്ളത്തിൽ ചേർത്തോ കൊടുക്കാം.

വിഷസാധനങ്ങൾ ഇല്ലാതായി എന്നറിഞ്ഞാൽ രോഗിക്കു പാൽ, പച്ചമുട്ട, ബാർളിവെള്ളം മുതലായവ കുടിക്കാൻ കൊടുക്കുന്നതു് ക്ഷീണം തീർക്കുന്നതിന്നു പററിയതാണു്.

കറപ്പു് സേവിച്ചതിൻെറ ഫലമായി വിഷം തട്ടിയാൽ രോഗിക്കു ഉറക്കം വരികയും ഉറക്കം വർദ്ധിച്ചു

ളുക്കുവലി തുടങ്ങുകയും ചെയ്യും; കണ്ണിന്റെ കൃഷ്ണമണികഠം വളരെ ചെറുതായും വരും. പത്തു ഗ്രെയിൻ പൊട്ടാസിയം പെർമാഗനേററ് ഒരു പൈൻറ് വെള്ളത്തിൽ കലക്കി കുടിക്കുവാൻ കൊടുക്കുക.

ഉമ്മത്തുംകായുടെ വിഷത്തിന്നു താമരവളയത്തിന്റെ നീരു് പ്രത്യൌഷധമാണു്. മദ്യത്തിന്റെ മത്തിന്നു ചെറുനാരങ്ങ നീരും പുളിച്ച മോരും കഞ്ചാവിന്റെ മത്തിന്നു കരിക്കിൻ വെള്ളവും വിഷഹാരികളാകുന്നു. ചുണ്ണാമ്പ് കഴിച്ചാൽ ആവണക്കെണ്ണയും സമം മുലപ്പാലും സേവിക്കുക.

അദ്ധ്യായം 12

ശ്വാസനേന്ദ്രിയങ്ങഠം:

പ്രാണവായു കൂടാതെ ജീവിക്കുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ശരീരത്തിന്നാവശ്യമുള്ള ശുദ്ധവായു സമ്പാദിക്കുകയും ശരീരത്തിന്നകത്തുണ്ടാകുന്ന അശുദ്ധവായു ദൂരീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതു് ശ്വാസോച്ഛ്വാസേന്ദ്രിയങ്ങളാകുന്നു.

മൂക്കു്, ഗളം, നാളം, ശ്വാസനാളം, ശ്വാസകോശങ്ങഠം മുതലായവയാണു് ശ്വസനേന്ദ്രിയങ്ങഠം. വായിൽക്കൂടി ചിലപ്പോഠം ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്യുന്നുണ്ടെങ്കിലും ശ്വസിക്കുന്നതിനുള്ള ശരിയായ അവയവം മൂക്കാണു്. മൂക്കിന്നു രണ്ടു ദ്വാരങ്ങഠം ഉണ്ടു്. അവയിൽക്കൂടി പ്രവേശിക്കുന്ന വായുവിനെ അരിച്ചു്

അതിലുള്ള കരടുകളെ പുറത്തേക്കു കളയുന്നതിന്നും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വായുവിൻെറ ശീതോഷ്ണസ്ഥിതിയെ ശരീരത്തിൻേറതിനോട് തുല്യമാക്കുന്നതിന്നും അവ ഉപകാരമാണ്. വായിൽകൂടി ശ്വസിക്കുന്നതായാൽ വായുവിന്ന മാററം വരുത്തുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. മൂക്കിൽനിന്നു വായു തൊണ്ടയിൽകൂടി ശ്വാസനാളത്തിൽ പ്രവേശിച്ചു ശ്വാസകോശങ്ങളിലേക്കെത്തുന്നു. തൊണ്ടയിൽനിന്നു കീഴോട്ടു പോകുന്ന ശ്വാസനാളം രണ്ടായിപ്പിരിഞ്ഞു ഓരോ കുഴലും വീണ്ടും ശാഖോപശാഖകളായി ഒടുവിൽ അതിസൂക്ഷ്മമായ കുഴലുകളായിത്തീരുന്നു. ഓരോ ചെറുകുഴലിൻെറയും അററത്തും വായു രന്ധ്രങ്ങൾ എന്നറിയപ്പെടുന്ന ചെറുസഞ്ചികൾ ഉണ്ടു്; ഇങ്ങിനെയുള്ള അസംഖ്യം ചെറുകുഴലുകളും രന്ധ്രങ്ങളുംകൂടി നിമ്മിച്ചവയാണ് ശ്വാസകോശങ്ങൾ: ഇവയോരോന്നിനേയും ആവരണം ചെയ്തിരിക്കുന്ന വളരെ നേരിയ ചർമ്മവും ഉണ്ടു്. മാർവിടത്തിന്നുള്ളിൽ ഹൃദയത്തിൻെറ ഇടത്തും വലത്തുമായി ഇവയെ സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നു. വായുരന്ധ്റങ്ങളെ ഭൂതക്കണ്ണാടിയുടെ സഹായംകൊണ്ടു മാത്രമേ കാണുവാൻ സാധിക്കയുള്ളു. അവയുടെ അതിലോലമായ ഭിത്തികളിൽ അതിസൂക്ഷ്മമായ രക്തവാഹിനിക്കുഴലുകൾ പ്രസരിക്കുന്നുണ്ടു്. വായു ശ്വാസകോശപിണ്ഡങ്ങളിലേക്കെത്തുമ്പോൾ വായുവിൽ ഉള്ള പ്രാണവായു നേരിയ ഭിത്തിയിൽകൂടി രക്തവാഹിനികളിൽ പ്രവേശിക്കയും രക്തത്തിലുള്ള അംഗാരാമ്ലമെന്ന അശുദ്ധവായു ശ്വാസകോശങ്ങളിലേക്കു വലിച്ചെടുക്കപ്പെടുകയും

ചെയ്യുന്നു. ഇങ്ങിനെ വരുന്ന വിഷവായുവാണ് ഉച്ഛ്വാസിക്കുമ്പോൾ പുറത്തേക്കു പോകുന്നതു്.

വായുവിനെ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന പ്രവൃത്തിയെ ശ്വാസം എന്നും പുറത്തേക്കു വിടുന്നതിനെ ഉച്ഛ്വാസം എന്നും രണ്ടുംകൂടിയതിന്നു ശ്വസനം എന്നും പറഞ്ഞുവരുന്നു. ശ്വസിക്കുന്ന സമയത്തു ഉദരത്തിന്നും ഉരസ്സിന്നും ഇടയ്ക്കുള്ള വിഭാജകചർമ്മം കീഴോട്ടമരുകയും വാരിയെല്ലുകൾ പൊങ്ങി മാറെല്ലോടുകൂടി മുമ്പോട്ടു തള്ളുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഉരസ്സിൻെറ ഉൾഭാഗത്തിന്നു വിസ്താരവും ആഴവും കൂടുകയും വായു പ്രവേശിച്ചു ശ്വാസകോശങ്ങൾ വീക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഉച്ഛ്വസിക്കുമ്പോൾ വാരിയെല്ലുകളും വിഭാജകചർമ്മവും പൂർവ്വസ്ഥിതിയെ പ്രാപിച്ച് ശ്വാസകോശങ്ങളെ അമർത്തി വായുവിനെ പുറത്തേക്കു വിടുന്നു.

അരോഗവാനായ ആൾ സാധാരണയായി ഒരു മിനിട്ടിൽ പതിനഞ്ചുമുതൽ പതിനെട്ടുപ്രാവശ്യം ശ്വാസംകഴിക്കുന്നുണ്ടു്. മാംസപേശികൾ അധികജോലിക്കുവിധേയമായാൽ ശ്വാസഗതി കൂടുന്നതാണ്.

ശ്വാസോച്ഛ്വാസം കഴിക്കുന്നതു അവിചാരിതമായി നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. വെള്ളത്തിൽവീണ് നാസാദ്വാരങ്ങൾഅടഞ്ഞും ശക്തിയായ പുകയിൽ അകപ്പെട്ടും തൊണ്ടയിൽ അന്യവസ്തുക്കൾ തടഞ്ഞിരുന്നും മാർവിടത്തിൽ മർദ്ദനമേററും ശ്വാസംമുട്ടി

പ്പോകാറുണ്ട്. വെള്ളത്തിൽ മുങ്ങുന്നതുകൊണ്ടോ, തൂങ്ങി ച്ചാകാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ വിഷവായു ശ്വസിക്കു ന്നതുമൂലമോ ശ്വാസംമുട്ടൽ ഉണ്ടാകുന്നതാണ്: കാരണ ങ്ങളെന്തുതന്നെയായാലും വായു ശ്വസിക്കുന്നതിന്നുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ തടയപ്പെട്ടാൽ ജീവാപായം നേരിടുന്നതാ ണ്. ശ്വാസം മുട്ടിയിരിക്കുന്ന രോഗിയെ കണ്ടാൽ മരി ച്ചുപോയെന്നുതോന്നും. സമയം ദീർഘിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിൽ അത്തരം രോഗികൾക്കു കൃത്രിമ ശ്വസനവിദ്യമൂലം ശ്വാസോച്ഛ്വാസംകൊടുക്കുവാൻ സാധിക്കും. കൃത്രി മശ്വസന വിദ്യകൾ പലവിധത്തിലാകാം.

1 രോഗിയെ മുഖംകീഴോട്ടാക്കി തല ഒരുഭാഗത്തേ ക്ക് തിരിച്ചു കിടത്തുക.

2 ശുശ്രൂഷകൻ ഒരുവശത്തായോ ഇരുവശത്തും കാൽവെച്ച് കവച്ചോ മുട്ടുകുത്തിയിരിക്കുക.

3 ശിരസ്സിനെ അഭിമുഖമാക്കി, കൈപ്പത്തികൾ പുറത്തിൻെറയും വക്ഷസ്സിൻെറയും താഴെയായി തള്ളവിരലുകൾ മുതുകെല്ലിനോട്ട് ചേർത്തുവെക്കുക. ഉദരത്തിൻെറ പാർശ്വഭാഗങ്ങൾ മൂടത്തക്കവണ്ണം വി രലുകൾ തുറന്നുവെക്കണം.

4 ശരീരത്തിൻെറ ഘനം മുഴുവനും രോഗിയുടെ മേൽ തട്ടത്തക്കവണ്ണം കൈകൾ നേരെകുത്തി അമർത്തു ക. അപ്പോൾ വായുപുറത്തേക്കുപോകും. ക്രമേണ കൈഎടുക്കാതെ ശരീരം പുറകോട്ട് ആഞ്ഞ് ഘനം കുറച്ച്കൊണ്ടുവരണം. അപ്പോൾ വായു ഉൾപ്രവേശി

കന്നതിന്നിടയാകും. ഇങ്ങിനെ മിനിട്ടിൽ പതിന ഞ്ചുമുതൽ പതിനെട്ടുപ്രാവശ്യം ആവൎത്തിച്ചാവൎത്തി ച്ച ചെയ്യുക. ചിലപ്പോൾ ഒരുമണിക്കൂറോളം ഈ ശ്രമം ചെയ്യേണ്ടതായിവന്നേക്കും.

മറെറാരുവിധം:

1 രോഗിയുടെ കൈപ്പലകൾക്കു താഴെ തുണിമട ക്കിവെച്ച് തല സ്വല്പം താഴ്ത്തി രോഗിയെ മലൎത്തി ക്കിടത്തുക.

2 തല ഒരുവശത്തേക്കു ചരിച്ച് നാവ് പുറത്തെ ക്കു വലിച്ചുനീട്ടിപ്പിടിക്കുക. ഇങ്ങിനെ ചെയ്യുന്നതി ന്നു മറെറാരാൾ കൂടിയുണ്ടെങ്കിൽ ഏററവുംനല്ലതു്. ശ്വാസനാളങ്ങളിൽക്കൂടി വായു പ്രവേശിക്കുന്നതിന്നു ഇതു് എളുപ്പമാൎഗ്ഗമാണ്.

3 അരയിലോ കഴുത്തിലോ വസ്ത്രം മുറുകിയിരി ക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അഴച്ചിടുക.

4 രോഗിയുടെ തലയുടെ പുറകിലായി മുട്ടുകുത്തി അയാളുടെ മേൽകൈത്തണ്ടുകളിൽ പിടിച്ചുപൊക്കി കൈത്തണ്ടുകൾ നിലം തൊടത്തക്കവണ്ണം പിന്നോ ക്കം കൊണ്ടുവരിക. ഇങ്ങിനെചെയ്താൽ നെഞ്ചക ത്തിന്നു റിസ്ക്കീണ്ണം കിട്ടുകയും വായു ഉൾപ്രവേശിക്കു കയും ചെയ്യും. അതിന്നുശേഷം കൈകൾ പൂൎവ്വസ്ഥി തിയിലേക്കുകൊണ്ടുപോയി നെഞ്ചത്തു് അമൎത്തുക. മാറെല്ലിൻെറ ഇരുവശത്തുമായിരിക്കണം അമൎച്ച ത ട്ടേണ്ടതു്.

ഈ പ്രവൃത്തി മിനിട്ടിൽ പതിനഞ്ചുമുതൽ പതിനെട്ടു പ്രാവശ്യംവീതം ആവർത്തിച്ചുചെയ്യുക. മേല്പറഞ്ഞ രണ്ടും വാതിലെല്ലുകൾക്കു കേടുണ്ടെന്നറിഞ്ഞാൽ ചെയ്യക്കൂടാത്തതാകുന്നു. പാൎശ്വാസ്ഥികൾക്കു കേടുതട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ താഴെകാണുന്നവിധം പ്രവൎത്തിക്കുക.

മൂന്നാമത്തെ വിധം രോഗിയെ മലൎത്തിക്കിടത്തി തല ഒരുഭാഗത്തേക്കു ചരിച്ചു നാവ് പുറത്തേക്കുവലിച്ചു നീട്ടുകയും അകത്തേക്കുവിടുകയും ചെയ്യുക.

ഇവയിൽ ആദ്യത്തേതാണ് ഏററവും ഫലപ്രദമായ വിദ്യ. അതു ഷെയ്ഫേർസ് സായ്പ് കാണിച്ചതാണ്; രണ്ടാമത്തേതു സിൽവെസ്റ്ററിൻെറയും മൂന്നാമത്തേതു് ലബോർഡെയുടെയുമാണ്.

രോഗി ശ്വാസിക്കുവാൻ തുടങ്ങിയാൽ ശ്വാസനഗതിയനുസരിച്ചു അമൎച്ചയുടെ ശക്തി ഭേദപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കണം. ശരിയായി ശ്വാസം കഴിച്ചുതുടങ്ങിയാൽ രോഗിയെ ചൂടുപിടിപ്പിക്കുവാൻതക്കവണ്ണം കമ്പിളികൊണ്ടു പുതപ്പിക്കയോ ദേഹം നല്ലവണ്ണം തിരുമ്മുകയോ ചെയ്യുക. ചൂടുള്ള പാലോ കാപ്പിയോ കുടിക്കാൻകൊടുക്കുകയുംചെയ്യാം.

വെള്ളത്തിൽമുങ്ങി ശ്വാസംമുട്ടിക്കിടക്കുന്ന ആളെ വെള്ളത്തിൽനിന്നു എടുത്തഉടനെ നനഞ്ഞ വസ്ത്രങ്ങൾ മാററുക.

വായിലോ മൂക്കിലോ ചണ്ടിയോ ചളിയോ ഉണ്ടെങ്കിൽ എടുത്തുകളയുക.

ഒരുഭാഗത്തു അമർച്ച കിട്ടത്തക്കവിധത്തിൽ ഉരലിന്മേലോ ഉരുണ്ട മരത്തടിയിന്മേലോ രോഗിയെ തലകീഴോട്ടാക്കി കിടത്തിയാൽ കുടിച്ചവെള്ളം പുറത്തേക്കുപോകുന്നതാണ്. മുതിൎന്നവരുടെ അരയ്ക്കു പിടിച്ചുപൊക്കുകയും കുട്ടികളുടെ കാലുകൾ പിടിച്ചു പൊക്കി തലകീഴോട്ടാക്കി പിടിക്കയുംചെയ്താൽ വെള്ളമൊഴിഞ്ഞുപോകുന്നതിന്നു സൌകൎയ്യപ്പെടും. അതിന്നുശേഷം കൃത്രിമശ്വാസോച്ഛ്വാസക്രിയകൾ നടത്തുക. ശ്വാസം ലഭിച്ചാൽ ശരീരം ചൂടാക്കുകയും പാലോ കാപ്പിയോ കുടിക്കാൻ കൊടുക്കുകയും ചെയ്യാം. ഉറക്കംവരുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഉറങ്ങുന്നതിന്നു സൌകൎയ്യപ്പെടുത്തണം.

കഴുത്തിൽ കയറിട്ടു തൂങ്ങിമരിക്കാൻ ശ്രമിച്ച് ശ്വാസംമുട്ടിക്കിടക്കുന്ന ആളെക്കണ്ടാൽ അരയിൽ പിടിച്ചുപൊക്കി കയറിന്റെ വലിവു കുറച്ചു കയറ് മുറിച്ചു ശരീരം കീഴോട്ടിറക്കി കൃത്രിമശ്വാസോച്ഛ്വാസക്രിയകൾ ചെയ്യുക.

ഭക്ഷണസമയത്തു ഭക്ഷണപദാൎത്ഥങ്ങൾ ശ്വാസനാളത്തിൽ പ്രവേശിച്ചു അതിന്റെ ദ്വാരം അടഞ്ഞാൽ ശ്വാസംമുട്ടൽ ഉണ്ടാകും. ആ സന്ദൎഭത്തിൽ രോഗിയുടെ പുറത്തു ശക്തിയായി തട്ടുക; തൊണ്ടയിൽ തടഞ്ഞിരിക്കുന്നതിനെ വിരലുകൾകൊണ്ടു തോണ്ടിയെടു

കയൊ കീഴോട്ടു തള്ളിയിറക്കുകയോ ചെയ്യുക. മത്സ്യത്തിൻെറ മുള്ളോ പച്ചക്കറിസ്സാധനങ്ങളുടെ ആരുകളോ തൊണ്ടയിൽ കുത്തിക്കയറിയാൽ ഒരു ഉരുള ചോറൊ നനച്ച അപ്പമൊ വിഴുങ്ങുവാൻ രോഗിയോടു ആവശ്യപ്പെടുക. അന്യവസ്തു അവയിൽ ഒട്ടിപ്പിടിച്ചു് കീഴോട്ടുപോകുന്നതാണു്.

പുകതട്ടി ശ്വാസംമുട്ടാനിടയുണ്ടു്. അങ്ങിനെയുള്ള ആളെ സംഭവസ്ഥലത്തുനിന്നു ഉടനെ മാറേറണ്ടതാകുന്നു. പുക നിറഞ്ഞിരിക്കുന്ന മുറിയിലേയ്ക്കു് പ്രവേശിക്കുമ്പോൾ നേരിയതുണി നനച്ച മുഖത്തിട്ടു നിലത്തോടുചേൎന്നു ഇഴഞ്ഞുകടക്കുന്നതായാൽ ശുശ്രൂഷകനു പുകയുടെ ഉപദ്രവം തട്ടുന്നതല്ല. രോഗിയെ ചുമലിൽ എടുത്തോ കക്ഷത്തു കയറിട്ടു് വലിച്ചോ പുറത്തേക്കു കൊണ്ടുവരികയും വേണം. ശ്വാസംമുട്ടലിന്നു ചെയ്യേണ്ടതായ ശുശ്രൂഷകൾ ചെയ്യുക. 'നെടുക്കം'തട്ടീട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്നുള്ള പ്രതിവിധികളും നടത്തേണ്ടതാകുന്നു. രോഗിയുടെ ചുററം ആളുകൾ തിങ്ങിക്കൂടുവാൻ അനുവദിക്കരുതു്.

ശ്വാസംമുട്ടലിൽനിന്നു സുഖംപ്രാപിച്ച രോഗികളെ പ്രത്യേകം ശുശ്രൂഷിക്കേണ്ടതാകുന്നു. കമ്പിളികൊണ്ടു് പുതപ്പിച്ചും ചൂടുവെള്ളം നിറച്ച കുപ്പി എടുത്തു ദേഹത്തിൽ പിടിച്ചും ദേഹം നല്ലവണ്ണം തിരുമ്മിയും രോഗിക്കു ചൂടുണ്ടാക്കണം. കിടക്കുന്നമുറി ചൂടുള്ളതും വായുസഞ്ചാരത്തിനു സൌകൎയ്യമുള്ളതുമായിരിക്കണം.

ബോധം വന്നതിൻെറശേഷം ചൂടുള്ള പാല്, കാപ്പി, ചായ മുതലായവ കൊടുക്കാം. മദ്യങ്ങൾ ഒന്നുംതന്നെ കൊടുക്കരുത്.

ദേഹത്തിൽ വേദന തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്ന് ആശ്വാസം ലഭിക്കത്തക്കവിധത്തിൽ കിടത്തുക.

മനസ്സിന്നു അസുഖംതോന്നാൻ ഇടയുണ്ടാക്കരുത്.

ഉറക്കത്തിന്നു സൌകര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കണം; അതേസമയത്തുതന്നെ ശ്വാസം വീണ്ടും നില്ക്കുന്നുണ്ടൊ എന്നു ശ്രദ്ധിക്കുകയും വേണം.

മസ്തിഷ്കത്തിലേയ്ക്കു രക്തസഞ്ചാരമുണ്ടാവുന്നതിന്നുള്ള ശുശ്രൂഷകളും നടത്തണം.

അദ്ധ്യായം 13

ശരീരത്തിലെ എല്ലാ അവയവങ്ങളും ശരീരത്തിൻെറ പൊതുക്ഷേമത്തിന്നുവേണ്ടി ഏകോപിച്ചു പ്രവൃത്തിനടത്തുന്നതിന്നുവേണ്ടി അവയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന്നുള്ള പ്രത്യേക ഇന്ദ്രിയവ്യൂഹത്തിനെയാണ് 'സ്നായു' വർഗ്ഗം എന്നു വിവക്ഷിക്കുന്നത്. പ്രസ്തുത ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വിവിധ അവയവങ്ങളുടെ മാത്രമല്ല മനസ്സിൻെറയും ചേഷ്ടകളെ നിയന്ത്രിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇവയുടെ കേന്ദ്രസ്ഥാനമാണ് തലച്ചോറ്, അല്ലെങ്കിൽ മസ്തിഷ്കം. മസ്തിഷ്കത്തിൻെറ അടിയിൽനിന്നു നട്ടെല്ലുകളുടെ ഉള്ളിൽക്കൂടി അതിൻെറ കീഴററംവരെ

നട്ടെൽമജ്ജ നീണ്ടുകിടക്കുന്നു. നട്ടെൽമജ്ജയിൽനിന്നു നട്ടെല്ലിൻെറ ഇരുഭാഗങ്ങളിൽക്കൂടി അനേകം ചെറു സ്നായുകൾ പുറപ്പെട്ടു ശാഖോപശാഖകളായി പിരിഞ്ഞു് ശരീരത്തിൽ പ്രസരിച്ചുകിടക്കുന്നുണ്ടു്. ഇവയാണ് അവയവങ്ങളേയും ശരീരത്തിലെ ധാതുക്കളേയും തലച്ചോറിനോടു ബന്ധിപ്പിക്കുന്നതു്. ശരീരത്തിൽ വേദനയോ സ്പർശനമോ തട്ടുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന ചലനങ്ങൾ ഞരമ്പുകൾവഴിയായി തലച്ചോറിൽ എത്തുകയും അവിടെനിന്നുണ്ടാകുന്ന ദൂതുകൾ മററു ഞരമ്പുകൾവഴിയായി ഇന്ദ്രിയങ്ങളിലേക്കു എത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. ദൃഷ്ടാന്തമായി, ദേഹത്തിൽ ഒരു കൊതുക് കുത്തിയാൽ ഉണ്ടാകുന്ന വേദന ഞരമ്പുകൾവഴിയായി തലച്ചോറിലേക്കു എത്തുകയും ഉടനെതന്നെ ആ കൊതുകിനെ ആട്ടുന്നതിന്നു നമ്മുടെ കൈകളെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന ദൂതു് മറെറാരുമാർഗ്ഗമായി ഇന്ദ്രിയങ്ങളിലേക്കു എത്തുകയുംചെയ്യുന്നു. കാഴ്ച, കേൾവി, സ്പർശനം, രുചി, മണം എന്നീ പഞ്ചേന്ദ്രിയപ്രവൃത്തികളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതും ശീതോഷ്ണസ്ഥിതിയും വേദനയും അനുഭവപ്പെടുത്തുന്നതും ജ്ഞാനേന്ദ്രിയഞരമ്പുകൾവഴിയായിട്ടാണ്. മാംസപേശികളുടെ ചലനത്തേയും രക്തസ്രാവി പിണ്ഡങ്ങളുടെ (Glans) പ്രവൃത്തികളേയും നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന്നും രക്തക്കുഴലുകൾ വിങ്ങുന്നതിന്നും ചുരുങ്ങുന്നതിന്നും സഹായിക്കുന്നതിന്നുമുള്ള ഞരമ്പുകളുണ്ടു്.

അനേകം ഞരമ്പുകണങ്ങൾ ഒന്നിച്ചുചേൎന്നതാകുന്നു ഞരമ്പുകേന്ദ്രങ്ങൾ. വലത്തെകൈയ്യിൻെറ ചല

നങ്ങൾക്കുള്ള ഞരമ്പുകേന്ദ്രങ്ങൾ വേറെ, ഇടത്തേതിന്റെ വേറെ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം, രക്തസഞ്ചാരം, ഹൃദയസ്പന്ദനം എന്നിവയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന വിവിധ കേന്ദ്രങ്ങളുമുണ്ട്. ഈ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ഒന്നിന്നു കേടു തട്ടിയാൽ അതിനാൽ ഭരിക്കപ്പെടുന്ന ഇന്ദ്രിയത്തിന്റെ പ്രവൃത്തി നിന്നുപോകുന്നു. ദൃഷ്ടാന്തമായി കാലുകളുടെ മാംസപേശികളുടെ ചലനത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഞരമ്പുകേന്ദ്രത്തിന്നു ഹാനിതട്ടിയാൽ നടക്കുവാൻ സാധിക്കാതെവരുന്നു. വാതരോഗം അങ്ങിനെയുണ്ടാകുന്നതാകുന്നു. ദേഹത്തിലെ വിവിധ ഇന്ദ്രിയവ്യൂഹങ്ങളെ വെവ്വേറെയായും ഒന്നായും ഞരമ്പുകളാൽ ബന്ധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ദേഹത്തിലെ പല ഭാഗങ്ങളുടെയും ഭിന്നപ്രവൃത്തികൾക്കു തമ്മിൽ ഇണക്കമുണ്ടാകുന്നുണ്ട്.

തലച്ചോറിന്റെ പ്രവൃത്തിക്ക് വിഘാതം നേരിട്ട് അവയവങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തികളിന്മേലുള്ള നിയന്ത്രണം ഇല്ലാതെവരുന്ന അവസ്ഥയ്ക്കാണ് 'ബോധമില്ലായ്മ' എന്നു പറഞ്ഞുവരുന്നത്.

മർദ്ദനംമൂലമോ, വാതോന്മാദം, അപസ്മാരം മുതലായ സുഖക്കേടുകൾനിമിത്തമൊ, നെടുക്കവും മോഹാലസ്യവും നിമിത്തം തലച്ചോറിലേക്കു ആവശ്യമായ രക്തസഞ്ചാരം മന്ദീഭവിക്കകാരണത്താലോ തലച്ചോറിന്ന് കേടുപററാവുന്നതാണ്. തലച്ചോറിലേക്കു അശുദ്ധരക്തപ്രവാഹമുണ്ടാകുന്നതു് ഹാനികരമാകുന്നു. ഇങ്ങിനെയുള്ള കാരണങ്ങളാകുന്നു ബോധക്ഷയമുണ്ടാക്കുന്നത്.

പ്രഥമശുശ്രൂഷകന്മാരെന്ന് ചിലപ്പോൾ രോഗിക്കു ബോധക്ഷയം വന്നതെങ്ങിനെയെന്നറിയുന്നതിന്നു സാധിക്കാതെവന്നേക്കാം. അങ്ങിനെയുള്ള ഘട്ടങ്ങളിൽ (1) രോഗിയുടെ ദേഹത്തിൽ എവിടെയെങ്കിലും രക്തസ്രാവമുണ്ടെങ്കിൽ അതിനെ നിൎത്തുക. (2) ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിന്നു എളുപ്പമുണ്ടാകുവാനായി രോഗിയുടെ തല ഒരുവശത്തേക്കുചരിച്ചുകിടത്തുക. ശുദ്ധവായുകിട്ടുന്നതിന്നു തടസ്ഥങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ അവയെ മാററുകയും വേണം. (3) കഴുത്തിലോ ഉരസ്സിലോ അരയിലോ വസ്ത്രം മുറുകിയിരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അഴച്ചിടുക—

4 രോഗിയുടെ ശരീരത്തിന്നു ചൂടു കിട്ടത്തക്കവണ്ണം നല്ലവണ്ണം പുതപ്പിക്കുക—

5 മുഖത്തു രക്തം തുടിച്ചിരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ തല സ്വല്പം പൊക്കിവെച്ചും, മുഖം വല്ലാതെ വിളറിയിരിക്കയാണെങ്കിൽ തല നിലത്തോട്ടു ചേൎത്തും കിടത്തുക.

6 ബോധരഹിതനായ രോഗിക്കു വായിൽക്കൂടി യാതൊന്നും കൊടുക്കരുതു്.

7 ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നിന്നുപോകാനുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾകണ്ടാൽ കൃത്രിമശ്വാസനക്രിയകൾ നടത്തുക.

8 വിദഗ്ദ്ധവൈദ്യസഹായം തേടേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണു്.

നെട്ടക്കം (Shock)

മുറിവുകളൊ മററു പരുക്കുകളോ പററിയാൽ സാമാന്യേന 'നെട്ടക്കം' ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. പരുക്കുകഠം നിമിത്തം ഞരമ്പുകളിൽ പ്രത്യാഘാതമുണ്ടാകയും തൻമൂലം ഹൃദയസ്പന്ദനഗതിക്കു വ്യത്യാസംവരികയും ചെയ്യുന്നു. തൽഫലമായി ഹൃദയത്തിൻെറ സ്പന്ദനവും ഇല്ലാതായേക്കും.

നെട്ടക്കത്തിൻെറ ലക്ഷണങ്ങഠം

1 രോഗിക്കു ഇളകുവാൻ സാധിക്കാതെവരിക.
2 മുഖം വല്ലാതെ വിളറിവരിക.
3 ശ്വാസോച്ഛ്വാസഗതി മന്ദീഭവിക്കുക.
4 ശരീരം തണുത്തുവിറയ്ക്കുക.
5 നാഡിയ്ക്ക് ബലക്ഷയംതട്ടുക.

മോഹാലസ്യം:

തീവ്രരക്തസ്രാവം, ഉഷ്മണം അമിതഭക്ഷണം, ഭക്ഷണക്കുറവ്, ആകസ്മികമായ ദുഃഖവും സന്തോഷവും, ഭയം, അശ്രീകരമായ കാഴ്ചകഠം, വേദന മുതലായവയാണ് മോഹാലസ്യത്തിനുള്ള കാരണങ്ങഠം.

രോഗിയുടെ മുഖം വിളക്കുകയും തലചുററുകയും ചെയ്യും; നാഡികഠം ക്ഷീണിച്ചിരിക്കും; രോഗിക്കു പ്രജ്ഞയില്ലാതാകുന്നു. ശ്വാസംകഴിക്കുന്നതിനു പ്രയാസവും നേരിടും.

നെടുക്കത്തിന്നും മോഹാലസ്യത്തിന്നുമുള്ള ശമനോപായങ്ങൾ ബോധരഹിതനായ രോഗിക്കുചെയ്യുന്നപോലെതന്നെയാണ്. ഭക്ഷണക്കുറവുമൂലംവന്ന മോഹാലസ്യമാണെങ്കിൽ ഭക്ഷണം കുറേശ്ശയായി കൊടുക്കണം.

അപസ്മാരം:

ലക്ഷണങ്ങൾ: രോഗി നിലവിളിച്ചു ബോധംകെട്ട് താഴെവീഴുന്നു. ദേഹത്തിലെ മാംസപേശികൾക്കു സങ്കോചം തട്ടുകയും കൈകാലുകൾ വലിച്ചുപറിയുകയും ചെയ്യുന്നു. നാവ് പുറത്തേക്കുചാടി പല്ലുകളുടെ ഇടയിൽപെട്ട് മുറിയുവാൻഇടയാകുന്നു; വായിൽനിന്ന് പതവരുന്നുണ്ടായിരിക്കും.

ശുശ്രൂഷകൾ: അപസ്മാരരോഗിക്കു കൂടുതൽ പരുക്കുകൾ തട്ടാതിരിപ്പാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക; രോഗിയുടെ അംഗവിക്ഷേപങ്ങളെ തടയാതിരിക്കുക; ദേഹത്തിൽ തന്നെത്താൻ ഇടിച്ചുമുറിവേല്പിക്കാതിരിപ്പാൻ മണിബന്ധങ്ങൾ പതുക്കെപിടിക്കുക; കാലുകൾ എറിയുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കാലുകളുടെ മുട്ടുകളിൽ പതുക്കെഅമർത്തുക; നാവു കടിച്ചുമുറിക്കാതിരിക്കുന്നതിന്നുവേണ്ടി വായിൽ മരക്കഷണമോ മറേറാ വെച്ചുകൊടുക്കുക; ഇളക്കം അവസാനിക്കുമ്പോൾ രോഗിക്കു നല്ലവണ്ണം ഉറങ്ങുന്നതിന്നു സൌകൎയ്യമുണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കണം.

ബാല്യക്കാരികളായ സ്ത്രീകൾക്കുണ്ടാകുന്ന ഇളക്കം (Hysteria) വാതോന്മാതം :

ഇളക്കത്തോടുകൂടി ബോധമില്ലാതായിവരാം. പക്ഷെ എല്ലായ്പ്പോഴും അങ്ങിനെയാവുകയില്ല. അല്പം പരിഭ്രമം തട്ടിയാലുടനെ ഇളക്കംവന്നേക്കും. ഇടവിട്ടു് ചിരിക്കുകയും കരയുകയും ചെയ്യും. രോഗി താഴെവീണുപോകും. കൺമണി പരിശോധിക്കുന്നതിന്നനുവദിക്കയില്ല.

രോഗിയോടു് ഒട്ടും അനുഭാവം കാണിക്കരുതു്; സഹാനുഭാവികളെ അകത്തിനിറുത്തുകയും ചെയ്യണം; ദേഹത്തിൽ വെള്ളമൊഴിക്കുമെന്നു് പേടിപ്പെടുത്തുക; എന്നിട്ടും ഇളക്കം മാറുന്നില്ലെങ്കിൽ ദേഹത്തിൽ വെള്ളം തളിക്കുകയുംവേണം.

കുട്ടികൾക്കുണ്ടാവുന്ന ഇളക്കം:

ആറാംമാസം മുതൽ രണ്ടു വയസ്സുവരെയാണു് കുട്ടികളിൽ ഈ സുഖക്കേടു കാണുന്നതു്. ദീപനമില്ലായ്കയാലും അപ്രിയഭക്ഷണത്താലും സുഖക്കേടു വരാം. പല്ലു വരുന്ന സമയത്തും ഈ സുഖക്കേടു വരാറുണ്ടു്. ഭയംകൊണ്ടും പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ശബ്ദംമൂലവും കുട്ടികൾക്കു ഇളക്കമുണ്ടായെന്നു വരാം. മലശോധനക്കുറവു്, വയററിൽ കൃമികളുടെ ഉപദ്രവം, അതിശക്തിയായ പനി എന്നിവയും ഇളക്കത്തിന്നു ഹേതുക്കളാണു്.

അപസ്മാരരോഗികൾക്കുണ്ടാവുന്നതരത്തിലുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ കുട്ടികളിലും കാണാം; പക്ഷെ അത്ര ഗുരുതരമായിരിക്കയില്ലെന്നു മാത്രം.

ശമനോപായങ്ങൾ:

കുട്ടികളുടെ ദേഹം ചൂട പിടിപ്പിക്കയും തല തണുപ്പിക്കയും ചെയ്യുക. ഇളക്കത്തിന്നു ശേഷം നല്ല ചൂട ലഭിക്കുവാനായി കമ്പിളികൊണ്ടു പുതപ്പിക്കുകയും വേണം. ദേഹം പൊള്ളാത്ത വിധമുള്ള ചൂടുവെള്ളത്തിൽ ഇറക്കിവെച്ച് തല വെള്ളത്തിൽനിന്നു നിവർത്തിപ്പിടിച്ച് തലയിൽ ഐസോ പച്ചവെള്ളത്തിൽ നനച്ച തുണിയോ വെയ്ക്കുക. മലശോധനയില്ലെങ്കിൽ ഒരു ചെറിയ കഷണം സോപ്പ് ഉരുട്ടി മലദ്വാരത്തിൽ തിരുകിക്കൊടുക്കുന്നതായാൽ ഉടനെ ശോധനയുണ്ടാകുന്നതാണ്. ഉടനെ വൈദ്യസഹായം തേടുക.

അദ്ധ്യായം 14

ദേഹനേന്ദ്രിയവ്യൂഹം.

ആഗന്തുകരോഗശമനോപായങ്ങൾ നിർവ്വഹിക്കേണ്ടുന്നതിന്നു അത്യാവശ്യം അറിയേണ്ടുന്ന ഒന്നല്ലെങ്കിലും ശരീരത്തിൻെറ പ്രവൃത്തികളിൽ ഒന്നായ ദീപനസംപ്രദായവും ശരീരത്തിലുളവാകുന്ന അശുദ്ധ സാധനങ്ങളെ ദൂരീകരിക്കുന്ന വിധവും ഗ്രഹിക്കുന്നതു നല്ലതാണ്.

ശരീരപുഷ്ടിക്കും, വേല എടുക്കുന്നതിന്നു ആവശ്യമായ ശക്തി ലഭിക്കുന്നതിന്നും, ദേഹത്തിലേക്കാവശ്യമുള്ള ചൂട സമ്പാദിക്കുന്നതിന്നും, ധാതുക്കളുടെ ജീ

ണ്ണുസ്ഥിതിയെ പരിഹരിക്കുന്നതിന്നും ഭക്ഷണം ആവശ്യമാണ്. പക്ഷെ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണപദാൎത്ഥങ്ങൾ അതേപടി ശരീരത്തിന്നുപയുക്തമാകുന്നില്ല. അവ രക്തത്തിൽ അലിഞ്ഞുചേരുവാൻതക്ക സ്ഥിതിയിലായാൽ മാത്രമേ ഭക്ഷണംകൊണ്ടുള്ള ഉപയോഗങ്ങൾ നിൎവ്വഹിക്കപ്പെടുകയുള്ളു. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരു പരിണാമം ഭക്ഷണപദാൎത്ഥങ്ങൾക്കുണ്ടാവുന്നതു ദഹനം മൂലമാണ്. ദഹനേന്ദ്രിയങ്ങളാണ് ദഹനത്തിന്ന് നിദാനമായിരിക്കുന്നതു്.

വായ്, തൊണ്ട, അന്നനാളം, ആമാശയം, പക്വാശയവും, ചെറുകടലും, അഗ്ന്യാശയം, സ്ഥൂലാന്ത്രം എന്നിവയാകുന്നു ദഹനേന്ദ്രിയങ്ങൾ.

ഭക്ഷണം വായിലിട്ടു പല്ലുകൾ അവയെ കടിച്ചു ചവയ്ക്കയും നാവ് ഇളക്കി മറിക്കയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഉമിനീർഗ്രന്ഥികളിൽനിന്നു സുലഭമായി ഊറിവരുന്ന ഉമിനീരുമായി കൂടിച്ചേരുന്നു. അപ്പോൾ ഭക്ഷണപദാൎത്ഥത്തിൽ അന്തർലീനമായിക്കിടക്കുന്ന പശ അല്ലെങ്കിൽ മധുരന്നൂറ് ഒരുതരം പഞ്ചസാരയായി രൂപാന്തരപ്പെടുന്നുണ്ടു്. ആ പഞ്ചസാര രക്തത്തിൽ അലിയുന്നതാണ്.

ഭക്ഷണം തൊണ്ടയിൽകൂടി അന്നനാളത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നു അന്നനാളത്തിന്റെയും ശ്വാസനാളത്തിന്റെയും മുകളിലെ ദ്വാരങ്ങൾ തൊണ്ടയിലേക്കു തുറന്നിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് ഭക്ഷണം ശ്വാസനാളത്തിലേക്കു

ഇറങ്ങി ശ്വാസംമുട്ടിക്കുന്നതിന്നു ഹേതുവായേക്കാം. പക്ഷെ ഭക്ഷണമിറക്കുന്ന സമയത്തു ശ്വാസനാളദ്വാരത്തിലുള്ള ഒരു പ്രത്യേകഇന്ദ്രിയം ഭക്ഷണത്തിൻെറ ഗതിയെ തടയുന്നതിനാൽസാധാരണയായി അതു അന്നനാളത്തിലേക്കുതന്നെ ഇറങ്ങുന്നതാണു്. ശ്വാസംമുട്ടലിന്നുള്ള ഒരു കാരണം ഇപ്പോൾ വ്യക്തമാകുന്നുണ്ടല്ലോ.

നമ്മുടെ മൂക്കിൻെറ പിൻഭാഗത്തുള്ള ദ്വാരവും തൊണ്ടയിലേക്കാണു് തുറന്നിരിക്കുന്നതു്. ഭക്ഷണം അതിലേക്കു് പ്രവേശിക്കാതിരിപ്പാൻ ചെറുനാവു് ആ ദ്വാരത്തെ അടെയ്ക്കുന്നു. ഭക്ഷണം വായിലിരിക്കുന്ന സമയത്തു തുമ്മുന്നതായാൽ നാസാദ്വാരങ്ങളിൽക്കൂടി പുറത്തേക്കു വരുന്നതു അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ.

അന്നനാളത്തിൽനിന്നു ആമാശയത്തിലേക്കാണു് ഭക്ഷണമിറങ്ങുന്നതു്. ഭക്ഷണപദാൎത്ഥത്തിൻെറ ഗുരുലഘുത്വമനുസരിച്ചാണു് ദഹനത്തിന്നുള്ള സമയഭേദം. ചില സാധനങ്ങൾക്കു ആമാശയത്തിൽക്കിടന്നു ദഹിക്കുന്നതിന്നു വളരെ കുറച്ചു സമയമേ ആവശ്യമുള്ളു. ചിലതു അഞ്ചു മണിക്കൂറ് എടുത്തേക്കും. സാധാരണയായി മൂന്നു മണിക്കൂർ മതിയാവുന്നതാണു്. ആമാശയഭിത്തികളുടെ മാംസപേശികൾക്കു സംകോചമുണ്ടാകുമ്പോൾ ആ സഞ്ചിയിൽ കിടക്കുന്ന പദാൎത്ഥങ്ങൾ അരയുകയും അതിന്നുള്ളിൽനിന്നുദ്ഗമിക്കുന്ന ദഹനരസദ്രാവങ്ങൾ ഭക്ഷണത്തിൽ കലരുകയും ചെയ്യുന്നു; അങ്ങനെ ഭക്ഷണത്തിലെ പോഷകാംശങ്ങളിൽ

പ്പെട്ടയവക്ഷാരസത്വത്തിന്നു മാററം ഭവിച്ച രക്തത്തിൽ ചേരുന്നു.

അതിന്നുശേഷം ഏതാണ്ടും ദഹിച്ചിരിക്കുന്ന അന്നപദാത്ഥം ചെറുകുടലിൻെറ മേൽഭാഗമായ പക്വാശയത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നു. ദീപനത്തിന്നുള്ള മുഖ്യസ്ഥാനം ഇവിടെയാണ്. വായിൽ മധുരനൂറിൽ ഒരു ഭാഗവും ആമാശയത്തിൽ യവക്ഷാരത്തിൽ സ്വല്പവും മാത്രമേ ദഹിക്കുന്നുള്ളു. പക്വാശയത്തിലാകട്ടെ, യകൃത്തിൽനിന്നു ഊറിവന്ന് പിത്താശയത്തിൽ സംഭരിച്ചിരിക്കുന്ന പിത്തനീരും അഗ്ന്യാശയത്തിൽനിന്നുത്ഭവിക്കുന്ന പാചകരസവും ചേന്ന് പോഷകാംശങ്ങളായ നൂറും യവക്ഷാരവും മേദസ്സും ദഹിച്ച രക്തക്കുഴലുകളിലേക്കു വലിച്ചെടുക്കുവാൻതക്ക വിധത്തിലുള്ള ദ്രവമായിത്തീരുമ്പോൾ ദീപനം പരിപൂർണ്ണമായി. പക്വാശയത്തിൽനിന്ന് ചെറുകുടലിൽക്കൂടി സഞ്ചരിക്കുമ്പോളും ദഹിച്ച പദാർത്ഥങ്ങൾക്കു ചില ഭേദമുണ്ടാകുന്നുണ്ട്: ഏകദേശം ഇരുപതടി നീളമുള്ളതും ചുരുട്ടി മടക്കി വെച്ചിരിക്കുന്നതുമായ ഈ കുഴലിൽ രൂപാന്തരപ്പെട്ട ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ പത്തോ പന്ത്രണ്ടോ മണിക്കൂറോളം കിടക്കുന്നതാണ്. സൂക്ഷ്മാന്ത്രങ്ങളിൽനിന്നാണ് പോഷകാംശങ്ങൾ രക്തക്കുഴലുകളിലേയ്ക്കും മേദോവാഹിനികളിലേക്കും പ്രവേശിക്കുന്നത്. പോഷകസാധനങ്ങൾ വലിച്ചെടുക്കപ്പെട്ടശേഷം ഉണ്ടാകുന്ന ഉപയോഗശൂന്യമായ പദാത്ഥങ്ങൾ വൻകുടലിലേക്കെത്തുന്നു. ശരീരത്തിന്നു ആവശ്യമുള്ള ജലം

രക്തക്കുഴലുകൾ പ്രസരിക്കുന്നതു മുഖ്യം കുടലിൽനിന്നാണ്. ശേഷിച്ച സാധനങ്ങൾ മലരൂപേണ പുറത്തേക്കു നയിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. മലിനസാധനങ്ങൾ പുറത്തേക്കു പോകുന്നതിന്നു തടസ്ഥം നേരിട്ടാൽ അവയിലെ വിഷബീജങ്ങൾ രക്തത്തിൽ കലൎന്ന് വിഷസംകലിതമായി ഭവിക്കയും ത്വക്കരോഗങ്ങൾക്കു ഹേതുവായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. മലബന്ധംമൂലം മനസ്സിന്നും ഉന്മേഷമില്ലാതാകുന്നുണ്ട്. അതുകൊണ്ടു നിയമേനയുള്ള മലവിസൎജ്ജനം ആരോഗ്യത്തിന്നത്യാവശ്യമാകുന്നു.

അദ്ധ്യായം 15

ശുചീകരണേന്ദ്രിയവ്യൂഹം.

ശരീരത്തിലെ ചെറുതും വലുതുമായ അവയവങ്ങൾ നിശ്ചിതജോലി ചെയ്യുമ്പോൾ ജീൎണ്ണത തട്ടിയ ഇന്ദ്രിയധാതുക്കളെ, അംഗാരാമ്ലബാഷ്പം, ലോഹലവണങ്ങൾ എന്നിവയുണ്ടാകുന്നുണ്ട്. ഇവ അശുദ്ധസാധനങ്ങളും അസുഖഹേതുക്കളുമാകുന്നു. ദഹിക്കാതെ കിടക്കുന്ന ഭക്ഷണസാധനങ്ങളും അനാവശ്യവസ്തുക്കളാണല്ലോ. ഇവയെ വിസൎജ്ജിനേന്ദ്രിയങ്ങളാണ് പുറത്തേക്കു കളയുന്നതു്.

ശ്വാസകോശങ്ങളും, മൂത്രപിണ്ഡങ്ങളും, ത്വക്കും, വൻകുടലുമാണ് വിസൎജ്ജിനേന്ദ്രിയങ്ങൾ. ശ്വാസകോശങ്ങളിൽക്കൂടി അംഗാരാമ്ലവായു പുറത്തേക്കു പോ

കുന്നതെങ്ങിനെയെന്നു മുന്നൊരദ്ധ്യായത്തിൽ വിസ്തരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ശരീരത്തിലെ ചില രോഗബീജങ്ങളും കുറെ നീരാവിയും ശ്വാസത്തോടുകൂടി പുറത്തേക്കു പോകുന്നു.

ശരീരത്തെ ആവരണം ചെയ്തിരിക്കുന്ന ചർമ്മത്തിന്നിടയിൽ അസംഖ്യം സ്വേദപിണ്ഡങ്ങൾ ഉണ്ടു്. അവയിൽനിന്നു പുറപ്പെടുന്ന കുഴലുകൾ ശരീരത്തിന്റെ ബഹിർഭാഗത്തേക്കാണു് തുറന്നുകിടക്കുന്നതു്. അവയവങ്ങളിൽനിന്നുണ്ടാവുന്ന ധാതുലവണങ്ങളേയും സ്വല്പം അംഗാരാമ്ലബാഷ്പത്തെയും മൂത്രലവണങ്ങളേയും സ്വേദപിണ്ഡങ്ങൾ രക്തത്തിൽനിന്നു് വലിച്ചെടുത്തു ജലരൂപേണവിയപ്പായി പുറത്തേക്കുകളയുന്നു.

അവയവങ്ങൾ പ്രവൃത്തിയെടുക്കുമ്പോൾ അവയുടെ ധാതുക്കൾക്കു ജീർണ്ണത പറ്റുകയും ഉപയോഗശൂന്യമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. ചിലതിന്നു് ജീവനില്ലാതായും വരുന്നു. ഇങ്ങിനെയുള്ളധാതുക്കൾ രക്തക്കുഴലുകളിൽകൂടി ത്വക്കിലെക്കെത്തുന്നു. ത്വക്ക് രണ്ടു വിതാനങ്ങളായിട്ടാണു് നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു്. ഇവ ആന്തരചർമ്മം, ബാഹ്യചർമ്മം എന്നറിയപ്പെടുന്നു. ഉപയോഗശൂന്യമായ ധാതുക്കൾചേർന്നുണ്ടായതാണു് ബാഹ്യചർമ്മം. ചെതുമ്പലുകൾപോലെയുള്ള ഈ ധാതുക്കൾ ശരീരത്തിൽനിന്നു കൊഴിഞ്ഞു പൊയ്ക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

സ്വേദപിണ്ഡങ്ങളിൽനിന്നു പുറപ്പെടുന്ന കുഴലുകളുടെ ദ്വാരങ്ങളാകുന്നു പുറംതോലിൽ കാണുന്ന സൂ

ഷിരങ്ങൾ. ഇവ ചളിയും ചേറം പുരണ്ടു് അടഞ്ഞു വരുമായാൽ ദേഹത്തിനുള്ളിൽനിന്നു വരുന്ന അശുദ്ധസാധനങ്ങൾ ഒഴിഞ്ഞുപോകുന്നതിന്നു തടസ്ഥമുണ്ടാകുന്നതാണു്. അതുകൊണ്ടു് ആ സുഷിരങ്ങൾ എപ്പോഴും വൃത്തിയായും തുറന്നും ഇരിക്കുവാനായി കുളി അത്യാവശ്യമാകുന്നു.

മററു ചില അനാവശ്യവസ്തുക്കൾ മൂത്രപിണ്ഡങ്ങൾ വഴിയായി ദൂരീകരിക്കപ്പെടുന്നു. ശരീരത്തിൽ ഉദരത്തിൻെറ പുറകിൽ നട്ടെല്ലിൻെറ ഇരുഭാഗത്തായി ഓരോ മൂത്രപിണ്ഡം ഉണ്ടു്. അവയിലെക്കൊഴുകുന്ന രക്തത്തിൽനിന്നു അശുദ്ധസാധനങ്ങൾ ശേഖരിച്ചു ഓരോ കുഴലിൽകൂടി അടിവയററിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന മൂത്രസഞ്ചിയിലേക്കു അശുദ്ധസാധനങ്ങൾ എത്തുന്നു. അവ വെള്ളത്തിൽചേൎന്നു മൂത്രമായി പുറത്തേക്കു പോകുന്നു. മൂത്രത്തിന്നും വിയൎപ്പിന്നും സാമാന്യം സാമ്യതയുണ്ടു്. വിയൎപ്പു് ധാരാളമുണ്ടാകുന്ന വേനൽക്കാലത്തു മൂത്രവിസൎജ്ജനം കുറവാകുന്നതു അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ.

സന്ധികളുടെ ചലനത്തിന്നും വ്യത്യാസങ്ങളുണ്ടു് വിജാഗിരിപോലെ ഒരു ഭാഗത്തേക്കുമാത്രം ചലനമുള്ള ചേൎപ്പുകളാണു് ഒരുജാതി. ദൃഷ്ടാന്തമായി കൈമുട്ടിലെയും കാൽമുട്ടിലെയും സന്ധികളും കൈകാൽ വിരലുകളുടെ സന്ധികളും ഒരു വശത്തേക്കു മാത്രമെ ഇളകുകയുള്ളു.

ചലനസന്ധികളുടെ ഘടന

ഒന്നോ അധികമൊ എല്ലുകൾ ചേരുന്നതാണല്ലോ അസ്ഥിസന്ധി. അങ്ങിനെ മുട്ടുന്ന എല്ലുകളുടെ അഗ്രം ഉപാസ്ഥികൊണ്ടു് പൊതിഞ്ഞിരിക്കും; അതുകൊണ്ടു് എല്ലുകൾക്കു സുഖമായ ചലനം സിദ്ധിക്കുന്നതാകുന്നു. സന്ധിയിൽചേരുന്ന എല്ലുകളുടെ അററങ്ങൾ ഒന്നിച്ചു നേരിയതും ഉറപ്പുള്ളതുമായ ഒരു തൊലികൊണ്ടു പൊതിഞ്ഞിരിക്കുന്നതിനാൽ അവ ഒരു സഞ്ചിയിലെന്നപോലെ സുരക്ഷിതമായിരിക്കുന്നു. ഈ സഞ്ചിയിൽനിന്നു് ഉൽഗ്ഗമിക്കുന്ന ഒരുതരം എണ്ണ സന്ധികൾക്കു ഉരവുതട്ടാതെ സൂക്ഷിക്കുന്നു. ഓരോ എല്ലുകൾ അതാതിൻെറ സ്ഥാനത്തുനിന്നു തെററിപ്പോകാതിരിപ്പാൻ വളരെ ഉറപ്പുള്ള അസ്ഥിബന്ധങ്ങൾകൊണ്ടു കെട്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇത്രയൊക്കയും സുരക്ഷിതമായി സന്ധികളെ വെച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും സന്ധികളിൽനിന്നു അസ്ഥികൾക്കു ഭംഗംതട്ടി ഹാനി സംഭവിക്കാറുണ്ടു്.

താടിയെല്ലിനുള്ള ബാൻഡെയ്ജ്:

താടിയെല്ലിനു് എന്തെങ്കിലും പരുക്കുപററുകയൊ താടിയെല്ല് കുഴകളിൽനിന്നു തെററുകയൊ ചെയ്യുമ്പോൾ വൈദ്യസഹായം ലഭിക്കുന്നതുവരെ അതിന്നു കൂടുതൽ ഹാനിതട്ടാതിരിപ്പാനായി കെട്ടിനിത്തുന്നതാണു് താടിയെല്ല് ബാൻഡെയ്ജിൻെറ ആവശ്യം.

ത്രികോൺബാൻഡെയ്ജ് എടുത്തു വീതികുറച്ചു മടക്കി ബാൻഡെയ്ജിൻെറ മദ്ധ്യഭാഗം ചെന്നിയിൽ വെക്കുക. ഒരററം എടുത്ത് താടിയെല്ലിൻെറ താഴെ കൂടിയും മററെ അററം നെറുകയിൽകൂടിയും എടുത്തു മറുഭാഗത്തുള്ള ചെന്നിക്കുവെച്ച് പിണച്ച നെററിമേൽകൂടി എടുത്ത് തലയുടെ പിൻവശത്തായി കെട്ടി നിർത്തുക.

അല്ലെങ്കിൽ

വീതികുറഞ്ഞ ത്രികോൺ ബേൻഡെയ്ജ് എടുത്തു മദ്ധ്യം താടിയെല്ലിന്മേൽവെച്ച ഒരററം കാതിൻെറ മുൻവശത്തായി നെറുകയിൽകൂടി മററെക്കാതിൻെറ മുൻവശത്തേക്കു കൊണ്ടുവന്നു കാതിൻെറതാഴെ അററങ്ങൾ പിണച്ച നീളംകൂടിയ അററം താടിയുടെ മുൻവശത്തേക്കുകൂടി പുറകിലേക്കു എടുത്ത് കഴുത്തിൻെറ പിന്നിൽ കെട്ടുക.

അദ്ധ്യായം 16

രോഗിയെ ചുമന്നുകൊണ്ടുപോകുന്നവിധങ്ങൾ:

യാദൃച്ഛികമായ പരുക്കുകളോ മുറിവുകളോ പെട്ടെന്നുണ്ടായ സുഖക്കേടുകളോ ബാധിച്ച രോഗികളെ സ്ഥലംമാററുന്നതു പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധയോടുകൂടിവേണം. ഏതുതരത്തിലുള്ള വാഹനമാണ് വേണ്ടതെന്നു നിശ്ചയിക്കുന്നതു സുഖക്കേടിൻെറ പ്രകൃതിയും. കൊണ്ടുപോ

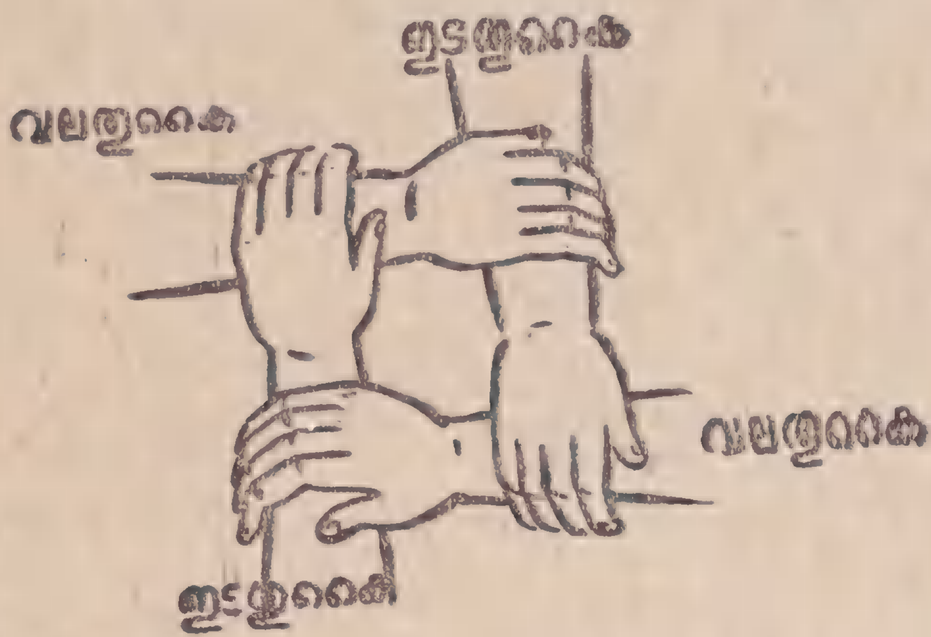
യെത്തിക്കുന്ന സ്ഥലത്തിന്റെ ദൂരവും അനുസരിച്ചിരിക്കും.

ബോധരഹിതരേയും, ഉദരത്തിലും ഉരസ്സിലും തലയോട്ടിലും മററും കഠിനമായ മുറിവുകളും പരുക്കുകളും തട്ടിയവരേയും മഞ്ചലിൽ ചുവന്നുകൊണ്ടു പോകണം.

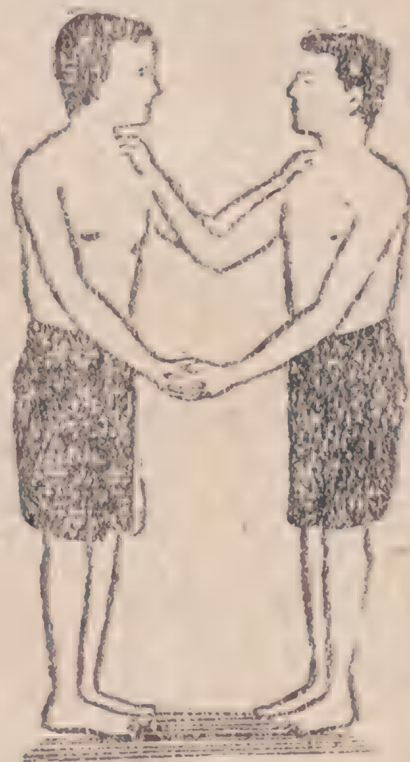
മഞ്ചലുകളാണ് ഏററവും സൌകര്യമുള്ള വാഹനം. അടിയന്തിരഘട്ടങ്ങളിൽ അധികസാഹസംകൂടാതെ മഞ്ചലുകൾ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതാണ്. അഞ്ചരഅടി നീളവും 5 അടി വീതിയുമുള്ള ഒരു 'കാൻവാസ്' എടുത്തു നീളത്തിൽ രണ്ടായി മടക്കി വക്ക് നന്നായി തുന്നുക. അതിന്നുശേഷം രണ്ടരികിലും ഓരോ തണ്ടു് ഇടുവാൻ തക്കവണ്ണം പഴുതിട്ടു് ഒരിക്കൽക്കൂടി തുന്നണം. ഉറപ്പുള്ളതും വളവില്ലാത്തതുമായ രണ്ടു മുളവടികൾ കൂടി ഉണ്ടായാൽ മഞ്ചൽ ആയി.

രണ്ടു് 'കാലി'ച്ചാക്കുകൾകൊണ്ടും മഞ്ചൽ ഉണ്ടാക്കാം. ചാക്കുകളുടെ അടിഭാഗത്തു ഈരണ്ടു് പൊള്ളകൾ ഉണ്ടാക്കി അവയിൽക്കൂടി തണ്ടുകൾ ചെലുത്തിയാൽ മഞ്ചലിന്റെ ആവശ്യം നടക്കും.

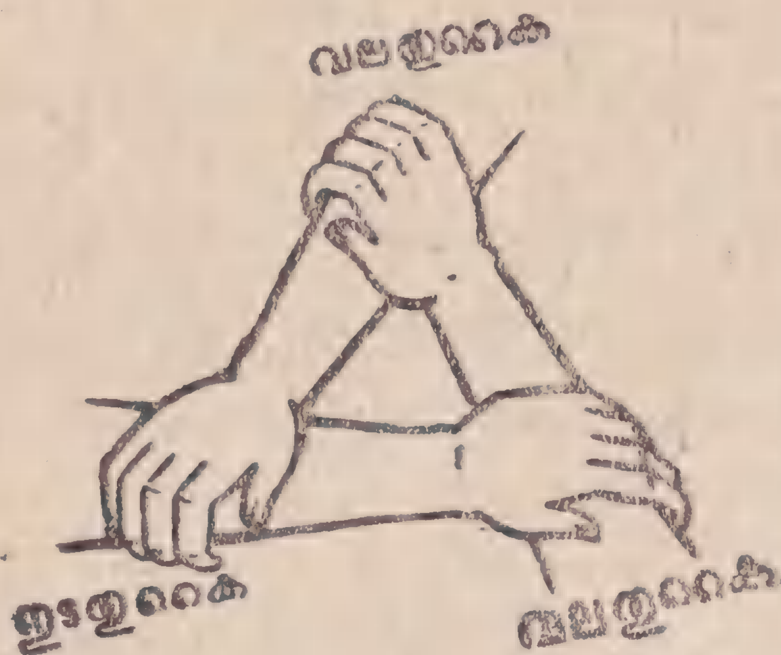
സ്ത്രീകൾ ധരിക്കുന്ന രണ്ടു ബ്ലൌസ്സുകൊണ്ടും പുരുഷന്മാരുടെ കോട്ടുകൾകൊണ്ടും മഞ്ചൽ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതാണ്. അവയുടെ കൈകൾ ഉള്ളിലേക്ക് വലിച്ചിട്ടു് മുൻവശത്തുള്ള കുടുക്കുകൾ പൂട്ടി കൈകളിൽകൂടി 2 തണ്ടു് ചെലുത്തിയാൽ മഞ്ചലായി.



ചതുർഭുജാസനം



ദ്വിഭുജാസനം



ത്രിഭുജാസനം

വാഘനരീതി ആവർത്തിച്ച് പരിശീലിക്കേണ്ടതാകുന്നു

മഞ്ചലിൽ എടുത്തുകൊണ്ടു പോകുമ്പോൾ രോഗിക്കു സുഖം തോന്നുവാൻ ഒരു തലയിണ വെക്കുന്നതു നല്ലതാണ്. രോഗിയുടെ ദേഹം മൂടുന്നതും ആവശ്യമാണ്. രോഗികളെ ഇത്തരത്തിലുള്ള മഞ്ചലിൽ ചുമന്നുകൊണ്ടു പോകുമ്പോൾ ചുമട്ടുകാരുടെ നടയുടെ സമ്പ്രദായത്തിലാണ് മഞ്ചലിൻെറ ഇളക്കം ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നത്. ചുമട്ടുകാർ വളരെ ശ്രദ്ധിച്ച് മഞ്ചൽ വഹിക്കേണ്ടതാകുന്നു. കൈപിടുത്തം അല്ലെങ്കിൽ 'ഭുജാസനങ്ങൾ' മുഖേന രോഗികളെ ചുമന്നുകൊണ്ടു പോകാം. രോഗിയെ ഇരുത്തിക്കൊണ്ടുപോകുവാൻ 'കൈപിടുത്തം' വളരെ സഹായമാണ്.

1 ദ്വിഭുജാസനം (ചിത്രം നോക്കുക.)

1. രണ്ടുപേർ രോഗിയുടെ പിന്നിൽ മുഖാമുഖമായി നില്ക്കുക. ഒരാളുടെ വലത്തുകൈയും മററാളുടെ ഇടത്തുകൈയും അന്യോന്യം തോളിലും കഴുത്തിലും വെക്കുക. അതുപോലെ മററ കൈകൾ രോഗിയുടെ തുടകളുടെ താഴെക്കൂടി ഇട്ടു കോർത്തുപിടിച്ച് രോഗിയെ പുറകോട്ട് ചാരി ഇരുത്തിക്കൊണ്ടു പോകാം

2. ചതുർഭുജാസനം (ചിത്രം നോക്കുക)

രണ്ടുപേർ മുഖാമുഖമായി നില്ക്കുക. ഒരാൾ അയാളുടെ വലത്തുകൈകൊണ്ടു സ്വന്തം ഇടത്തു കൈയുടെ കീഴ്ത്തണ്ടയ്ക്കു പിടിക്കുക. മററാൾ ഇടത്തുകൈകൊണ്ടു വലത്തു കൈയുടെ കീഴ്ത്തണ്ടയിലും പിടിക്കുക. അ

തിന്നശേഷം അവർ തമ്മിൽ തമ്മിൽ വലത്തും ഇടത്തും കൈകളുടെ കീഴ്ത്തണ്ടകളിൽ പിടിച്ചാൽ നല്ല ആസനമായി. രോഗിയെ അതിൽ ഇരുത്തി അയാളോടു ചുമട്ടുകാരുടെ തോളുകളിൽ മുറുക്കിപ്പിടിക്കുവാൻ പറയുക.

3. ഇതുപോലെ ത്രിഭുജാസനവും ഉണ്ടാക്കുവാൻ സാധിക്കും. അപ്പോഠം രോഗിയെ താങ്ങുന്നതിന്നു ഒരു കൈ സ്വതന്ത്രമായിരിക്കും. (ചിത്രം നോക്കുക.)

4. കാലിൽ ഉളുക്കു തട്ടുകയോ, മുള്ളു് തറയ്ക്കുകയോ ചെയ്തു് നടക്കുവാൻ നല്ല സ്വാധീനമില്ലാത്ത ആളെ വാഹകൻെറ ചുമലിൽ കൈവെച്ചു് സാവധാനത്തിൽ നടത്തിക്കൊണ്ടു പോകാം.

5. ചുമൽ വാഹനം.

രോഗിയെ നിലത്തോട്ടു മുഖമാക്കി കിടത്തുക. കുനിഞ്ഞുനിന്നു് രോഗിയുടെ കക്ഷങ്ങളിൽക്കൂടി കൈകളിട്ടു് തലയും ദേഹവും പൊക്കി മുട്ടിന്മേൽ നിത്തുക. അതിന്നശേഷം അരയ്ക്കു താങ്ങി രോഗിയെ പൊക്കി വാഹകൻെറ ദേഹത്തോട്ടു് ചാരിനിത്തുക. വലത്തെ തോഠം രോഗിയുടെ ഉദരത്തിന്നുതാഴെ വരത്തക്കവണ്ണം കുനിഞ്ഞു്, വലത്തെ കൈ രോഗിയുടെ കാലുകഠംക്കിടയിൽക്കൂടി ഇടുക. രോഗിയുടെ വലത്തുകൈ ഇടത്തെ തോളിൽകൂടി എടുത്തു വലത്തുകൈകൊണ്ടു പിടിച്ചു് സാവധാനത്തിൽ നിവിന്നാൽ രോഗിക്കു സുഖമായി

തോളിൽ കിടക്കാം. വാഹകൻെറ ഇടത്തുകൈ സ്വതന്ത്രമായിരിക്കയും ചെയ്യും.

പ്രഥമശുശ്രൂഷകൻ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടുന്ന ചില സംഗതികൾകൂടിയുണ്ട്.

രോഗിയെ അയാളുടെ ഭവനത്തിലേക്കു കൊണ്ടുപോകുന്നതിന്നുമുമ്പ് സമത്ഥരും നയശാലിയുമായ ഒരാളെ മുന്നോടിയായി അയച്ച് വീട്ടുകാക്കു പരിഭ്രമവും ആശങ്കയും ഉളവാക്കാത്ത വിധത്തിൽ അവരെ സംഗതി ഗ്രഹിപ്പിക്കയും രോഗിക്കു ശാന്തമായും സുഖമായും കിടക്കുന്നതിന്നുള്ള പരിതഃസ്ഥിതികൾ ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുക.

രോഗിയെ കിടത്തുന്ന മുറിയിൽ ധാരാളം ശുദ്ധവായു ലഭിക്കത്തക്കവണ്ണം സൌകൎയ്യമുണ്ടാക്കുക.

'നെടുക്കം' തട്ടിയ രോഗിയാണെങ്കിൽ, ചൂടുവെള്ളം നിറച്ച കുപ്പികളും കമ്പിളിയും ചൂടുള്ള പാനീയങ്ങളും തയ്യാറാക്കണം.

പരുക്കുകളും മുറിവുകളും പററിയ രോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നതിന്നു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം തണുപ്പിച്ചു ശേഖരിച്ചിരിക്കണം. മുറിവുകൾ കഴുകി കെട്ടുന്നതിന്നു ആവശ്യമുള്ള പഞ്ഞി, ബേൻഡെയ്ജ്, കത്രിക മുതലായ സാധനങ്ങളും തയ്യാറാക്കി വെക്കണം.

തലച്ചോറിന്നു കേടു തട്ടിയ രോഗിയാണെങ്കിൽ കിടക്കുന്ന മുറിയിൽ അധികം വെളിച്ചമില്ലാതിരിക്കുന്നതാണ് നല്ലതു്. മുറിയും പരിസരങ്ങളും വളരെ ശാന്തമായിരിക്കയും വേണം.

അത്യാവശ്യമാണെങ്കിൽ മാത്രമേ രോഗിയുടെ ഉടുവസ്ത്രങ്ങൾ നീക്കാവു. ആംഗലരീതിയിൽ വസ്ത്രം ധരിച്ചിരിക്കുന്ന രോഗിയുടെ വസ്ത്രങ്ങൾ മാററുമ്പോൾ മുറിവു് പററിയ അവയവത്തിന്മേലുള്ള വസ്ത്രത്തിൻെറ ഉൾഭാഗത്തെ തുന്നൽ കത്രികകൊണ്ടു വെട്ടി എടുക്കുകയും അതിന്നുശേഷം മുറിവ് പററാത്ത അവയവത്തിന്മേലുള്ള വസ്ത്രം അഴിച്ചെടുക്കുകയും ചെയ്യു. വസ്ത്രം ധരിപ്പിക്കുമ്പോൾ ആദ്യമായി മുറിവു പററിയ അവയവത്തിന്മേൽ വേണം.

ആരോഗ്യമുള്ളവരായിരിക്കുന്നതെങ്ങിനെയെന്നും അറിയുന്നതു നല്ലതാണ്.

ശുദ്ധവെള്ളം കുടിക്കുന്നതും ശുദ്ധവായു ശ്വസിക്കുന്നതും ആരോഗ്യത്തിന്നാവശ്യമാണ്.

കുളിച്ചു ദേഹം ശുദ്ധിവരുത്തുന്നതിന്നു പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. ദിവസത്തിലൊരുപ്രാവശ്യമെങ്കിലും സുഖമായ മലശോധനയുണ്ടായിരുന്നാൽ സുഖക്കേടുകൾ കുറയും.

ഭക്ഷണം കൃത്യസമയങ്ങളിലേ കഴിക്കാവു. ഒരു ഭക്ഷണം കഴിച്ചു മൂന്നു മണിക്കൂറിന്നുള്ളിൽ ഒന്നും കഴി